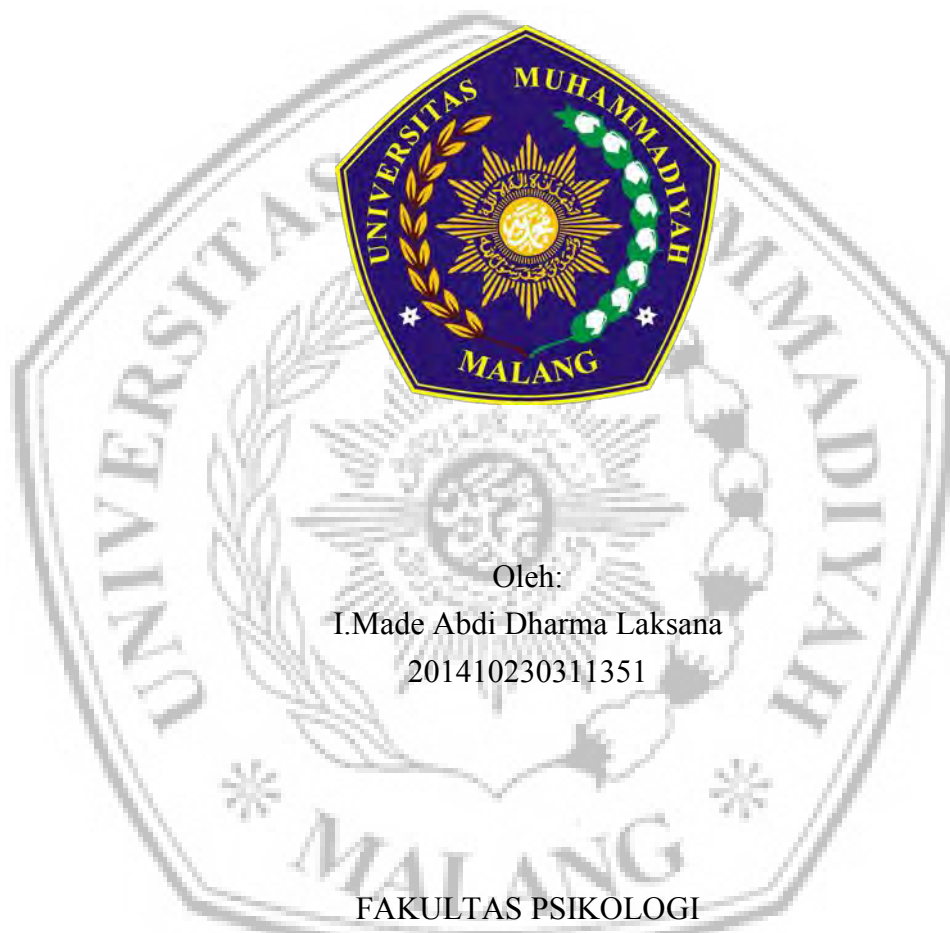


FOCUS GROUP DISCUSSION (FGD)UNTUK MENGURANGI  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH  
PERTAMA (SMP)

SKRIPSI



Oleh:

I.Made Abdi Dharma Laksana

201410230311351

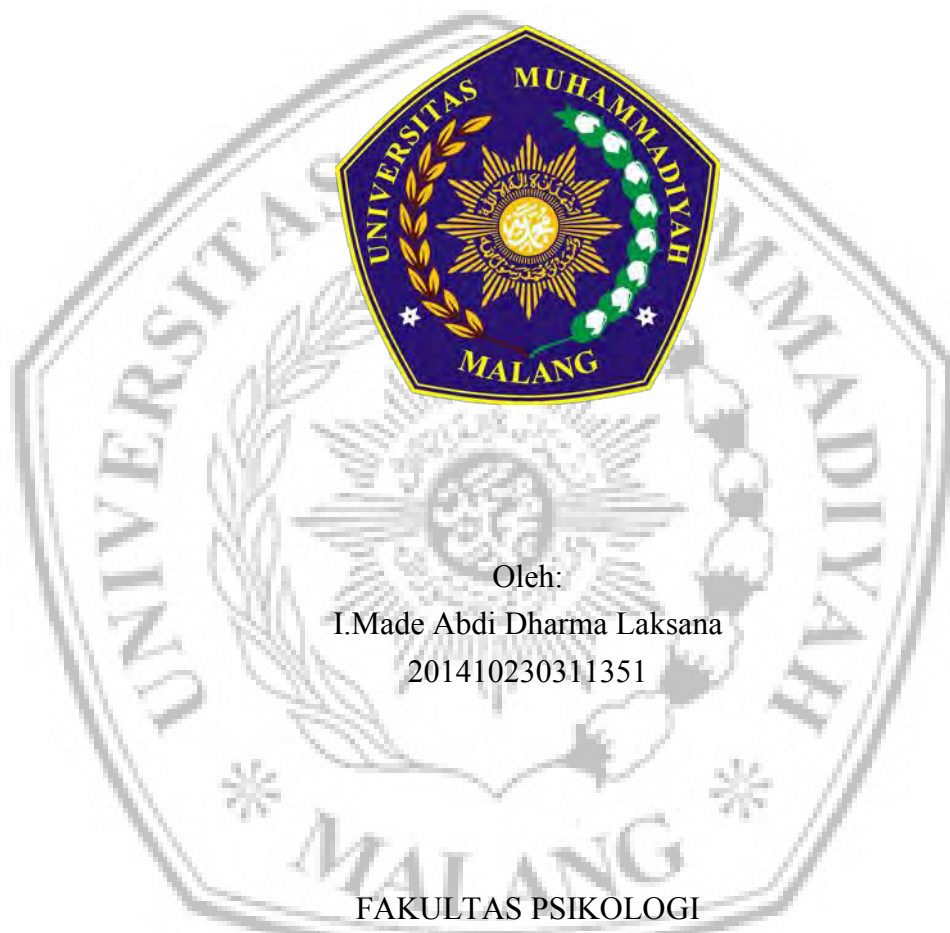
FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2018

FOCUS GROUP DISCUSSION (FGD)UNTUK MENGURANGI  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH  
PERTAMA (SMP)

SKRIPSI



Oleh:

I.Made Abdi Dharma Laksana

201410230311351

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2018

FOCUS GROUP DISCUSSION (FGD)UNTUK MENGURANGI  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH  
PERTAMA (SMP)

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang  
sebagai salah satu persyaratan untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi

Oleh:

I.Made Abdi Dharma Laksana

201410230311351



FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2018

### **LEMBAR PENGESAHAN**

1. Judul Skripsi : *Focus Group Discussion (FGD)* untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama ( SMP)
2. Nama Peneliti : I.Made Abdi Dharma Laksana
3. NIM : 201410230311351
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi: Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian :

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal 31 Maret 2018

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Ni'matuzahroh, M.Psi

Anggota Penguji : 1. Zainul Anwar, M.Psi., Psikolog  
2. M. Salis Yuniardi, M.Psi., PhD., Psikolog  
3. Siti Maimunah, S.Psi., M.M., MA

Pembimbing I

Pembimbing II

Ni'matuzahroh, M.Psi

Zainul Anwar, M.Psi., Psikolog

Malang, 23 April 2018

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

M. Salis Yuniardi, M.Psi., PhD., Psikolog

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I.Made Abdi Dharma Laksana  
Nim : 201410230311351  
Fakultas/Jurusan : Psikologi  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul:

*Focus Group Discussion* (FGD) Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai undang-undnag yang berlaku.

Malang, 23 April 2018

Mengetahui

Ketua Program Studi

Yang menyatakan

Siti Maimunah, S.Psi., M.M., MA.

I.Made Abdi Dharma L

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Focus Group Discussion (FGD) Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)*” sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang sangat bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak dan ibu, I.Putu Andika, Mirza, Heri, Mustika Wening dan Cheryl Fakhira yang selalu menyelimkan nama penulis di setiap doanya, serta curahan kasih sayangnya. Hal ini merupakan kekuatan terbesar bagi penulis untuk terus semangat dalam perkuliahan dan skripsi.
2. Ni'matuzahroh, S.Psi., M.Si dan Zainul Anwar, M.Psi. selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran dan arahan yang sangat berguna, hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Susanti Prasetyaningrum, M.Psi. selaku dosen wali penulis yang telah mendukung dan memberikan arahan sejak awal masuk perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
4. Saudara-saudari tercinta Farrid, Anggi, Dian, dan Didik yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis, terimakasih kalian terbaik.
5. Teman-teman fakultas Psikologi, khususnya kelas G angkatan 2014 dan Hasbiyan, Indra Kuncoro yang selalu memberikan dukungan dan motivasi bagi penulis.
6. SMP PGRI 01 Karangploso Malang, kepada Kepala sekolah beserta seluruh dewan guru dan siswa-siswi kelas 8A,C yang bersedia menjadi subjek penelitian.
7. Laboratorium Fakultas Psikologi beserta rekan-rekan asisten yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi, terimakasih *God Bless Us*.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini sangat jauh dari sempurna karena kesempurnaan hanya milik Tuhan Yang Maha Esa. Sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 23 April 2018

Penulis

I.Made Abdi Dharma L



## Daftar Isi

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
Daftar Isi.....	v
Daftar Tabel .....	vi
Daftar Gambar.....	vii
Daftar Lampiran .....	viii
Intisari .....	1
PENDAHULUAN .....	2
Kajian Teoritik .....	5
Prokrastinasi Akademik .....	5
<i>Focus Group Discussion</i> (FGD).....	7
<i>Focus Group Discussion</i> (FGD) dan Prokrastinasi.....	8
Hipotesa.....	11
METODE PENELITIAN.....	11
Rancangan Penelitian .....	11
Subjek Penelitian .....	11
Variabel dan Instrument Penelitian .....	12
Prosedur dan Analisa Data Penelitian .....	13
HASIL PENELITIAN.....	14
DISKUSI.....	15
KESIMPULAN DAN IMPLIKASI.....	19
REFERENSI .....	20
Lampiran .....	23



## Daftar Tabel

Tabel 1. Indeks Validitas dan Reabilitas Alat Ukur Penelitian.....	13
Tabel 2. Karakteristik subjek penelitian .....	14
Tabel 3. Deskriptif uji Lavene Test. Data Pre-Test kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	14
Tabel 4. Deskriptif uji Wilcoxon data pre-test dan post-test kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	15
Tabel 5. Deskriptif uji Lavene Test post-test kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	15
Tabel hasil pre-test.....	28
Tabel Hasil Post-test .....	30



## Daftar Gambar

Gambar 1. Kerangka Berpikir .....	10
Dokumentasi .....	34
A. Pertemuan 1 .....	34
B. Pertemuan 2 .....	34
C. Pertemuan 3 .....	34
D. Pertemuan 4 .....	35
E. Pertemuan 5 .....	35
F. Pertemuan 6 .....	35



## Daftar Lampiran

1. Surat ijin penelitian.....	23
2. Surat keterangan Penelitian .....	24
3. Absensi kehadiran subjek .....	25
4. Skala Penelitian.....	26
5. Tabel hasil pre-test.....	28
6. Tabel Hasil Post-test .....	30
7. Output Uji Lavene Test (Homogenitas).....	32
8. Output Uji Wilcoxon .....	33
9. Dokumentasi .....	34
10. Modul .....	36
11. Hasil Cek Plagiasi dan Analisa Data .....	52



## **FOCUS GROUP DISCUSSION (FGD) UNTUK MENGURANGI PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP)**

**I.Made Abdi Dharma Laksana**

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

[madeabdi87@gmail.com](mailto:madeabdi87@gmail.com)

Prokrastinasi diartikan sebagai perilaku menunda-nunda pekerjaan. Siswa yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan sering mengalami keterlambatan. Oleh karena itu prokrastinasi merupakan perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu. Tingginya tingkat prokrastinasi akademik yang dialami siswa dapat teratasi yaitu dengan pemberian intervensi FGD (*focus group discussion*). FGD memiliki keterikatan langsung dengan aspek yang dapat mengurangi prokrastinasi yaitu dalam hal diskusi dan interaksi dalam kelompok. Tujuan penelitian adalah untuk membuktikan pengaruh FGD (*focus group discussion*) dalam mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMP, dengan jumlah subjek 52 siswa yang terdiri kelas VIII A (kontrol) sebanyak 26 siswa dan VIII C (eksperimen) sebanyak 26 siswa. Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian quasi eksperimen dengan *control group pre-test* dan *post-test* desain. Analisis menggunakan uji non parametric (Wilcoxon) untuk mengetahui perbedaan tingkat prokrastinasi akademik siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hasil penelitian membuktikan bahwa adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat prokrastinasi akademik siswa ( $z = -4,459$  dan  $p = 0,000 < 0,05$ ). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa FGD (*focus group discussion*) dapat digunakan untuk mengurangi tingkat prokrastinasi akademik siswa SMP

**Kata kunci :** Prokrastinasi, FGD (*focus group discussion*), Siswa SMP

*Procrastination is defined as delaying the task behaviours. Students who have difficulties to do something within the prescribed time limit will often experience delays. Therefore, procrastination is an inefficient behaviour in using time. The high level of academic procrastination of students can be overcome by FGD (Focus Group Discussion) intervention. FGD has a direct relation with the aspects which can reduce procrastination in terms of discussion and interaction within groups. The purpose of this study was to prove the influence of FGD (Focus Group Discussion) in reducing the academic procrastination of junior high school students, with total of subject was 52 students from VIII A 26 students (control) and VIII C 26 students (eksperiment) class. It was a quasi-experimental research with control group pre-test and post-test design. Analysis using non parametric test (Wilcoxon) to know difference of level of student academic procrastination before and after given treatment.. The result proves that there is significant differences in students' academic procrastination level ( $z = -4.459$  and  $p = 0.000 < 0.05$ ). Based on the result, it can be concluded that FGD (Focus Group Discussion) can be used to reduce the level of academic procrastination of junior high school students.*

**Keywords:** Procrastination, FGD (Focus Group Discussion), Junior High School Students

Siswa diharapkan memiliki kemampuan dalam melaksanakan tugasnya sebagai pelajar yaitu belajar secara optimal sesuai tuntutan yang dihadapi. Untuk memenuhi tuntutan – tuntutan itu, maka siswa tersebut diharapkan dapat memenuhi tugas-tugas belajarnya secara tepat. Datang ke sekolah tepat waktu, mengikuti pelajaran sesuai jadwal dan tidak membolos pada jam-jam pelajaran, mengumpulkan tugas tepat waktu (Utaminingsih & Setyabudi, 2012). Salah satu tantangan terbesar diarah akademis bukanlah seberapa besar jumlah tugas melainkan seberapa besar kecenderungan siswa-siswi untuk menunda mengerjakan tugas. Sebenarnya kesulitan yang dialami siswa bukan tentang tugas yang diperjuangkan, melainkan kemampuan mereka untuk mengatur diri sendiri, tetap di jalur, dan dapat menyelesaikan pekerjaan mereka. Penundaan merupakan faktor utama dari kegagalan seseorang untuk mengatur diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diinginkan, yang berakibat pada waktu tunda (Yerdelen, McCaffrey, & Klassen, 2016). Sedangkan menurut Tuckman (dalam Mohamadi, Farghadani & Shahmohamadi, 2012) Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk meninggalkan, menunda atau menghindari menyelesaikan aktivitas yang seharusnya diselesaikan

Penundaan pekerjaan yang dilakukan seseorang diistilahkan sebagai perilaku prokrastinasi. Menurut (Das, 2016) Penundaan berarti menunda sesuatu sampai besok, dimana kecenderungan untuk menunda atau sepenuhnya menghindari tanggung jawab, keputusan, atau tugas yang perlu dilakukan. Sebenarnya seseorang mengetahui bahwa perlu mengerjakan tugas atau kegiatan akademik, seperti menulis makalah, belajar ujian, atau menyelesaikan proyek atau proyek yang berhubungan dengan sekolah tugas membaca mingguan, tapi karena hal lain yang menyebabkan gagal memotivasi diri untuk melakukannya dalam jangka waktu yang diharapkan maka munculah perilaku prokrastinasi atau penundaan pekerjaan. Menurut Van Eerde (dalam Das, 2016) meski demikian, Penundaan tidak bisa didefinisikan secara sederhana sebagai penundaan yang disengaja atau menyelesaikan tugas karena orang memiliki persepsi yang berbeda mengenai penundaan. Perilaku menunda pekerjaan merupakan perilaku tercela karena menysia-nyiakan nikmat waktu yang telah diberikan oleh sang pemilik waktu Allah SWT, seperti sabda Rasulullah dalam HR. Bukhari: Artinya: “dua nikmat yang sering di sia-siakan oleh manusia adalah kesehatan dan waktu luang”.

Menurut Solomon Rothblum (dalam Warsiyah, 2013) prokrastinasi memiliki tiga faktor, yaitu : pertama takut gagal atau motif menolak kegagalan adalah suatu kecenderungan mengalami rasa bersalah apabila tidak dapat mencapai tujuan atau gagal. Kedua, tidak menyukai tugas berhubungan dengan perasaan negatif terhadap tugas yang dihadapi. Ketiga faktor lain yang juga mempengaruhi seperti sifat ketergantungan pada orang lain yang kuat dan banyak membutuhkan bantuan, dan kesulitan membuat keputusan.

Aspek-aspek prokrastinasi menurut Surijah & Tdunjing, (dalam Fitriya dan Lukmawati, 2016) terdiri dari empat hal antara lain : pertama *Perceived Time* (waktu yang dirasakan) kecenderungan seorang prokrastinator salah satunya adalah, gagal menepati deadline. Kedua *Intention-action gap* (celah antara keinginan dan perilaku) adalah perbedaan antara keinginan dengan perilaku

terbetuk dalam wujud kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik meskipun siswa tersebut ingin mengerjakannya. Ketiga *Emotional Distress* (tekanan emosi) merupakan salah satu aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Keempat *Perceived Ability* (kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki).

Perilaku prokrastinasi akademik banyak terjadi pada siswa SMP, dimana penelitian yang dilakukan oleh Ji Won Youdi (2015) sebuah sekolah di Korea menunjukkan bahwa dari 569 orang yang diteliti, 56,39% melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik yang dilakukan mengarah kepada hal-hal yang bersifat menyenangkan seperti menonton film hingga berjam-jam, games online, kegiatan ini lebih disenangi daripada mengerjakan tugas akademik, sehingga terdapat keterlambatan dalam mengumpulkan tugas. Penelitian yang hampir sama dilakukan oleh (Das, 2016) Siswa kebanyakan ditemukan dalam kebiasaan prokrastinasi akademik karena masalah motivasi. Hasil penelitian Alvira (2013) ditemukan data bahwa siswa masih menggunakan “Sistem Kebut Semalam (SKS)” untuk belajar, mengerjakan tugas satu hari sebelum dikumpulkan, mengerjakan tugas di sekolah sebelum bel masuk dibunyikan, mengobrol saat mengerjakan tugas dan keterlambatan mengumpulkan tugas. Hasil analisis data prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri Malang oleh peneliti sendiri menunjukkan 81.5% siswa mengalami prokrastinasi akademik dalam kategori sedang, dan 1% dari 395 siswa sampel mengalami prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi. Prokrastinasi memang banyak dilakukan oleh individu, tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusnya sebagai pelajar atau pekerja.

Peneliti merasa permasalahan prokrastinasi akademik siswa harus segera diselesaikan, karena apabila kebudayaan menunda pekerjaan ini dibiarkan akan menyebabkan prestasi akademik siswa menurun. Oleh sebab itu peneliti akan mengatasi permasalahan tersebut dengan melaksanakan sebuah intervensi, dimana intervensi yang dipilih adalah FGD (*Focus Group Discussion*). FGD (*Focus Group Discussion*) adalah sebuah teknik intervensi dalam bentuk wawancara dalam kelompok dengan cara berdiskusi saling bertukar pikiran antara sesama peserta yang dipandu oleh seorang fasilitator yang memberikan sebuah topik diskusi, dimana pada dasarnya termasuk metodologi riset kualitatif karena menggunakan guide wawancara terstruktur, semi terstruktur dan tidak terstruktur (Boateng, 2012). Menurut Paramita & Kristiana, (2013 ) FGD merupakan suatu teknik pengambilan data kualitatif untuk memperoleh informasi keinginan, kebutuhan, sudut pandang, kepercayaan dan pengalaman peserta tentang suatu topik, dengan pengarahan dari seorang fasilitator atau moderator. Sedangkan menurut (Dilshad & Latif, 2013) FGD merupakan teknik pengumpulan data dalam kelompok yang terdiri dari karakteristik tertentu biasanya berjumlah 6-9 orang yang disatukan oleh moderator handal untuk mengeksplorasi sikap dan persepsi, perasaan dan gagasan tentang sebuah topik.

Peneliti memilih FGD sebagai metode intervensi untuk menangani permasalahan prokrastinasi akademik siswa karena FGD memiliki karakteristik yaitu adanya stimulus, fasilitator sebagai pemimpin jalannya intervensi yang mengarahkan dan memberikan stimulus akan topik permasalahan dan adanya interaksi dalam grup

dimana diharapkan peserta dapat saling bertukar pikiran akan permasalahan yang dialami peserta yang lain sehingga ditemukan solusi menurut Denscombe (dalam Dilshad & Latif, 2013). Karakteristik inilah yang menjadi pertimbangan penting peneliti memilih FGD sebagai metode intervensi dalam masalah Prokrastinasi. Dimana dengan adanya interaksi dalam kelompok diharapkan peserta dapat saling bertukar pikiran, pengalaman serta pengetahuan tentang permasalahan yang dihadapi. Selain itu dalam FGD, fasilitator dapat merencanakan kegiatan yang akan dilakukan seperti penayangan video untuk menyadarkan (*insight*) dari subjek, kemudian dapat dibuat kegiatan-kegiatan lain yang berguna untuk mengubah pemikiran subjek akan penundaan pekerjaan

Tahapan-tahapan FGD yang pertama pembukaan seperti membangun *raport* kepada peserta, memberikan penjelasan mengenai diadakan FGD, meminta peserta memperkenalkan diri, menekankan bahwa fasilitator membutuhkan pendapat peserta, memulai forum dengan mengajukan pertanyaan yang umum-umum dan teknik yang bisa digunakan didalamnya yakni klarifikasi, reorientasi, perlakuan pada peserta yang aktif dan yang diam (Paramita & Kristiana, 2013).

Beberapa penelitian sudah pernah menggunakan FGD sebagai metode intervensi, salah satunya penelitian tentang “Efektivitas *Focus Group Discussion* untuk mengurangi stres pada siswa SMA yang akan menghadapi ujian akhir nasional” (Aprilia, Ushuluddin, Humaniora, & Banjarmasin, 2016) dimana siswa berjumlah 21 orang yang dibagi menjadi kelompok kontrol 10 orang dan kelompok eksperimen 11 orang. Kelompok eksperimen akan mendapatkan perlakuan berupa intervensi sesuai modul sedangkan kelompok kontrol tidak. Namun kedua kelompok tetap sama dalam pengerjaan soal pre test dan post test untuk mengukur keefektifan intervensi dalam mengurangi stres siswa ketika menghadapi UAN. Dalam penelitian ini menunjukan FGD terbukti efektif dapat mengurangi stres siswa SMA yang akan menghadapi Ujian Akhir Nasional pada siswa kelas XII yang ditunjukkan dengan perbandingan pengukuran hasil pre test dan post test.

Selain itu dalam penelitian tentang “Perception on Cyber Terrorism: A Focus Group Discussion Approach” oleh (Ahmad, Yunus, Shahrin, & Mariana, 2012) dilakukan dengan cara peserta dibagi menjadi 5 kelompok yang setiap kelompoknya terdiri dari 6 peserta yang berbeda dalam hal usia, organisasi dan pengalaman kerja. Pertama, sesi briefing dilakukan untuk memastikan bahwa setiap kelompok fokus mengikuti struktur yang sama dan memiliki pemahaman yang sama mengenai tujuan utama dan juga pedoman diskusi. Sebelum diskusi kelompok, kerangka konseptual *cyber terorisme* yang diusulkan dijelaskan kepada para peserta mengenai sasaran, motivasi, alat serangan, domain, metode serangan dan dampak. Kemudian peserta akan diajak untuk diskusi kelompok terarah (FGD) dilakukan untuk mendapatkan konsensus mengenai persepsi masyarakat terhadap konsep dugaan terorisme cyber yang berasal dari studi kualitatif. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa teknik FGD dapat mendukung penelitian untuk mengetahui seberapa efektif kerangka kerja cyber terror yang diusulkan dapat diterima oleh para peserta.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti memilih teknik *Focus Group Discussion* (FGD) untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah

Pertama PGRI 1 Karangploso, sebab hal ini sesuai dengan hasil asesmen yang telah dilakukan sebelumnya didapatkan siswa kelas VIII A dan C selalu mengerjakan tugas sebelum bel berbunyi, waktu istirahat dan bahkan tidak mengerjakan. Memilih teknik ini karena dalam FGD dimana siswa akan diajak membuat kelompok untuk berdiskusi tentang sebuah topik permasalahan (stimulus) yang berhubungan dengan masalah yang dialami peserta, dimana dalam setiap kelompoknya terdapat seorang moderator sebagai pemimpin jalannya intervensi yang mengarahkan dan memberikan stimulus akan topik permasalahan, sekaligus dalam kelompok akan terjadi interaksi dalam grup dimana diharapkan peserta dapat saling bertukar pikiran akan permasalahan yang dialami peserta yang lain sehingga ditemukan pemecahan masalah secara bersama-sama. Diharapkan tujuan dari intervensi untuk mengurangi prokrastinasi siswa kelas VIII A dan C dapat tercapai sehingga Prestasi akademik siswa juga dapat meningkat dan proses pembelajaran dapat berjalan lancar.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka, rumusan masalah penelitian yaitu apakah *Focus Group Discussion* (FGD) efektif untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)? Sehingga tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *Focus Group Discussion* (FGD) dalam mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Manfaat penelitian ini yaitu diharapkan dapat memberikan manfaat serta kontribusi dalam memperkaya pengetahuan ilmu Psikologi, khususnya untuk mengetahui penerapan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa. Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada orang tua anak untuk mengetahui fenomena terkait dengan terjadinya prokrastinasi akademik sehingga dapat ditentukan langkah pemecahan secara tepat dan menjalin kerjasama dengan sekolah ketika terjadi masalah tersebut. Selain itu penelitian ini dapat digunakan bahan pertimbangan atau referensi sehingga penelitian yang dilakukan ini lebih berkembang.

### **Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin yaitu *procrastination* dimana “*pro*” berarti bergerak kedepan dan “*crastinus*” berarti keputusan hari selanjutnya. Sehingga *procrastination* berarti “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya” Ghufroon (dalam Fitriya & Lukmawati, 2016). Sedangkan menurut Tuckman (dalam Ananda, 2013). Penelitian di luar negeri, menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang dialami sebagian besar anggota masyarakat luas, dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil. Sekitar 25% sampai dengan 75% prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis (Fitriya dan Lukmawati, 2016).

Selain itu Ackerman dan Gross (dalam Ananda, 2013), menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dapat mengganggu penguasaan pelajar dalam suatu materi yang menyebabkan terganggunya prestasi akademik dari pelajar tersebut. Menurut Green (dalam Fitriya dan Lukmawati, 2016) jenis tugas yang menjadi objek



prokratinasi akademik adalah tugas yang berhubungan dengan akademik, perilaku-prilaku yang mencirikan penundaan dalam tugas akademik di pilah dari perilaku lainnya dan dikelompokkan menjadi unsur prokrastinasi akademik.

Sudah banyak penelitian yang dilakukan terkait dengan fenomena prokrastinasi akademik. Dari penelitian tersebut ditemukan beberapa aspek-aspek yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Aspek-aspek prokrastinasi menurut Suriyah & Tdunjing (dalam Fitriya dan Lukmawati, 2016) terdiri dari empat aspek sebagai berikut :

1. *Perceived Time* (Waktu yang dirasakan)  
Kecenderungan seorang prokrastinator salah satunya adalah, gagal menepati tugas tepat waktu atau *deadline*. Mereka hanya berorientasi pada “masa sekarang” bukan “masa mendatang”. Sehingga hal itu yang mendasari terjadinya prokrastinasi.
2. *Intention-action gap* (celah antara keinginan dan perilaku)  
*Intention-action gap* adalah celah antara keinginan dan perilaku. Perbedaan antara keinginan dengan perilaku terbetuk dalam pikiran siswa yang mana hanya berkeinginan saja tapi tidak melakukannya. Keinginan yang tidak dilandasi dengan tindakan perilaku dapat membuat siswa prokrastinasi.
3. *Emotional Distress* (tekanan emosi)  
*Emotional distress* merupakan salah satu aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi.
4. *Perceived Ability* (kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki)  
*Perceived ability* sebagai salah satu aspek prokrastinasi akademik, disebut juga sebagai keyakinan terhadap kemampuan pada diri seseorang. Meskipun prokrastinasi tidak berhubungan secara langsung dengan diri seseorang, namun keraguan seseorang terhadap kemampuan diri dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi.

Tuntutan dari lingkungan sekitar seperti guru dan orang tua yang selalu menginginkan hasil yang terbaik membuat siswa menjadi sangat takut gagal, keadaan ini dapat membuat perasaan siswa menjadi tidak nyaman pada saat penyelesaian tugas mereka merasa kesulitan untuk menyelesaikan tugas tersebut secara sempurna, kemudian muncul perasaan bersalah sebagai akibat dari rasa peka yang berlebih terhadap kegagalan dapat membuat siswa memilih aktivitas-aktivitas yang dapat memberikan kesenangan dibandingkan dengan mengerjakan tugas (Ananda, 2013).

Menurut Rizka Liatmaja & Indah Uly Wardati (dalam (Fitriya dan Lukmawati, 2016) akademik adalah suatu bidang yang mempelajari tentang kurikulum atau pelajaran dalam fungsinya untuk meningkatkan pengetahuan dalam segi pendidikan atau pembelajaran yang dapat dikelola oleh suatu sekolah atau lembaga pendidikan

Jadi Prokratinasi akademik adalah jenis penundaan yang di lakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah (Fitriya & Lukmawati, 2016).

### ***Focus Group Discussion (FGD)***

FGD merupakan metode intervensi yang paling banyak diminati sebab dianggap ekonomis, mudah dan menguntungkan. Dimana keuntungan FGD adalah dapat mewawancarai secara langsung kepada subjek dibantu dalam kelompok (Paramita & Kristiana, 2013). FGD merupakan suatu metode intervensi berbasis kualitatif dimana pengumpulan data diperoleh dari wawancara kelompok (Boateng, 2012). Dimana wawancara yang dilakukan berupa wawancara terstruktur, semi terstruktur, atau tidak terstruktur. Kelebihan dari FGD adalah diskusi yang dilakukan secara bersama-sama dalam kelompok sehingga setiap peserta dapat bertukar pikiran serta saling menanggapi dan memberikan pendapat (Dilshad & Latif, 2013). Selain itu *Focus Group Discussion* (FGD) adalah suatu bentuk diskusi yang didesain sedemikian rupa agar dapat memunculkan informasi mengenai keinginan, sudut pandang, kebutuhan, kepercayaan dan pengalaman yang dikehendaki peserta (Paramita & Kristiana, 2013).

Peserta dalam FGD biasanya terdiri dari 6-8 orang dan paling banyak 12 orang. Banyak sedikitnya jumlah dalam kelompok dapat mempengaruhi keaktifan dan tanggung jawabnya untuk turut serta mencapai hasil yang diharapkan. FGD biasanya dilakukan selama 45-60 menit, namun ada yang lebih lama yaitu mencapai 120 menit tergantung bahan pembicaraannya (Aprilia et al., 2016). Selain itu peserta dalam suatu kelompok FGD harus homogen, artinya mereka memiliki permasalahan yang sama sehingga dapat bertukar pikiran, pengalaman serta pengetahuan satu sama lain untuk menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi. (Paramita & Kristiana, 2013)

Karakteristik FGD yaitu adanya stimulus yang diberikan oleh moderator ataupun rekan dalam diskusi, moderator sebagai pemimpin jalannya intervensi dan pemberi topik permasalahan, adanya interaksi dalam kelompok yang diharapkan dapat membantu penyelesaian masalah (Dilshad & Latif, 2013). Tahapan-tahapan dalam FGD (Paramita & Kristiana, 2013) yaitu :

1. Tahap orientasi dan eksplorasi  
Dalam tahap ini anggota kelompok dan fasilitator akan membangun rapport seperti perkenalan, menyampaikan aturan dan kesepakatan selama kegiatan intervensi berlangsung. Kemudian melakukan *ice breaking* dan dilanjutkan dengan memaparkan Tujuan Kegiatan. Selanjutnya peserta akan mengisi *Pre test* dan peserta memaparkan masalah yang dihadapinya. Penutup (penyampaian untuk pertemuan selanjutnya)
2. Transisi  
Dalam tahap ini peserta akan mereview terkait permasalahan yang sudah didapatkan dalam pertemuan sebelumnya dan diharapkan peserta dapat saling bertukar pikiran dalam diskusi.
3. Tahap Kerja dan Produktivitas (FGD)

Fasilitator akan mereview terkait diskusi yang sudah dilakukan pada pertemuan sebelumnya. Kemudian fasilitator menjelaskan rangkuman inti permasalahan yang dialami peserta selanjutnya FGD (Pemanasan, Penulisan Opini, Periode Pertanyaan, Summarizing).

FGD pernah digunakan dalam penelitian “Perception on Cyber Terrorism: A Focus Group Discussion Approach” yang bertujuan untuk mendapatkan konsensus mengenai persepsi masyarakat terhadap konsep dugaan terorisme cyber yang berasal dari studi kualitatif. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa teknik FGD dapat mendukung penelitian untuk mengetahui seberapa efektif kerangka kerja cyber terror yang diusulkan dapat diterima oleh para peserta (Ahmad et al., 2012). Kemudian “Efektivitas *Focus Group Discussion* untuk mengurangi stres pada siswa sma yang akan menghadapi ujian akhir nasional” dalam penelitian ini menunjukkan FGD terbukti efektif dapat mengurangi stres siswa SMA yang akan menghadapi Ujian Akhir Nasional pada siswa kelas XII yang ditunjukkan dengan perbandingan pengukuran hasil pre test dan post test (Aprilia et al., 2016).

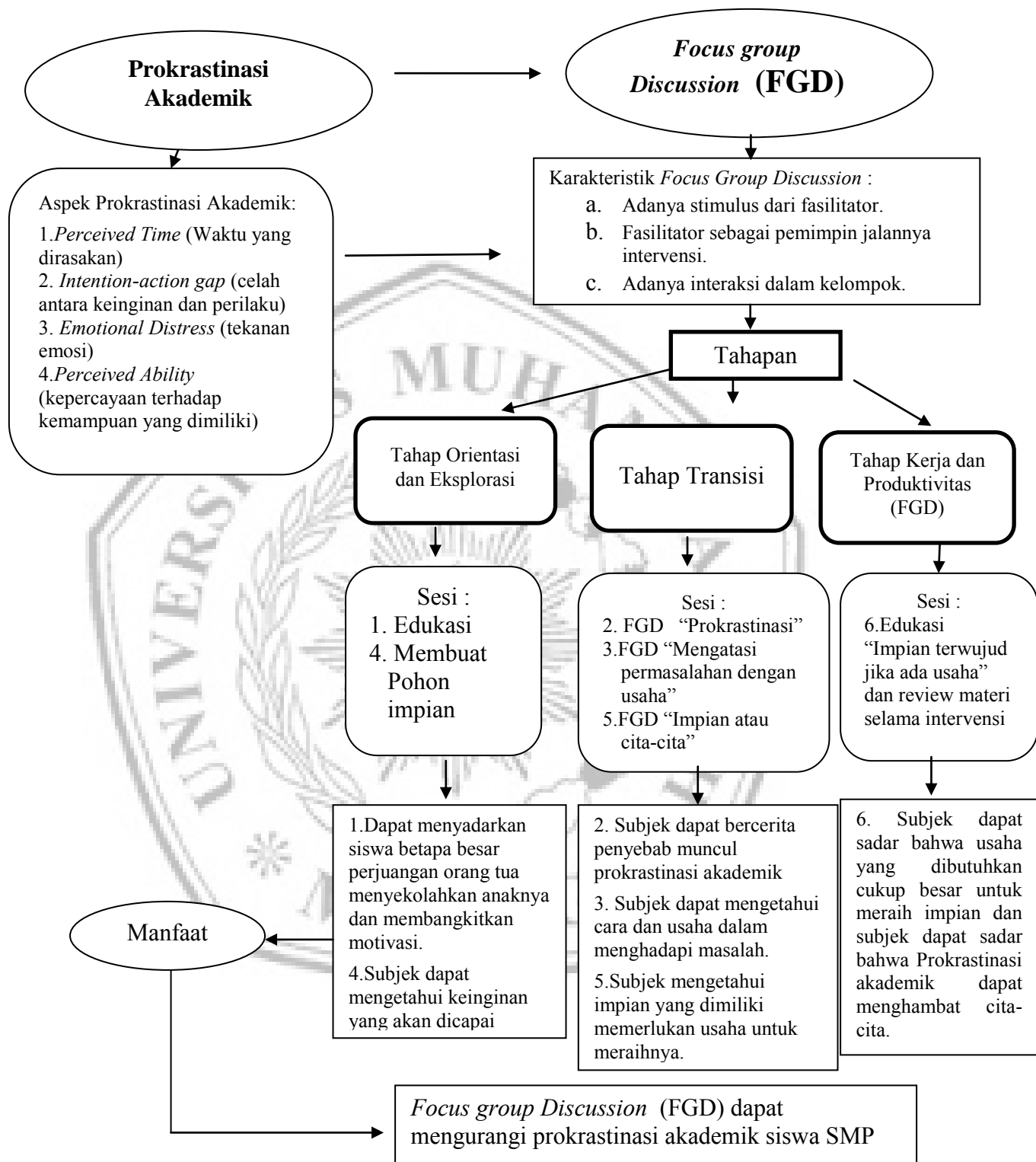
### ***Focus Group Discussion (FGD) dan Prokrastinasi***

Berdasarkan kajian teoritis yang telah dijelaskan diatas dapat diketahui bahwa Prokrastinasi adalah kebiasaan menunda-nunda pekerjaan, dimana kecenderungan untuk menunda atau sepenuhnya menghindari tanggung jawab, keputusan, atau tugas yang perlu dilakukan (Das, 2016). Sedangkan FGD adalah sebuah metode intervensi dengan cara wawancara kelompok, dimana setiap kelompoknya terdiri atas 6-8 orang dan paling banyak 12 orang. Banyak sedikitnya jumlah dalam kelompok dapat mempengaruhi keaktifan dan tanggung jawabnya untuk turut serta mencapai hasil yang diharapkan (Aprilia et al., 2016). Dari teori tersebut dapat dilihat bahwa dengan FGD subjek diajak untuk memiliki tanggung jawab dalam turut serta mencapai hasil yang diinginkan dalam kelompok, sehingga diharapkan subjek dapat memiliki tanggung jawab pula dalam tugas yang dimiliki.

Karakteristik FGD terdiri atas adanya stimulus, fasilitator sebagai pemimpin jalannya intervensi yang mengarahkan dan memberikan stimulus akan topik permasalahan, adanya interaksi dalam grup dimana diharapkan peserta dapat saling bertukar pikiran akan permasalahan yang dialami peserta yang lain sehingga ditemukan solusi menurut Denscombe (dalam Dilshad & Latif, 2013). Karakteristik inilah yang menjadi pertimbangan penting peneliti memilih FGD sebagai metode intervensi dalam masalah Prokrastinasi. Dimana dengan adanya interaksi dalam kelompok diharapkan peserta dapat saling bertukar pikiran, pengalaman serta pengetahuan tentang permasalahan yang dihadapi. Selain itu dalam FGD, fasilitator dapat merencanakan kegiatan yang akan dilakukan seperti penayangan video untuk menyadarkan (insight) dari subjek, kemudian dapat dibuat kegiatan-kegiatan lain yang berguna untuk mengubah pemikiran subjek akan penundaan pekerjaan.

FGD belum pernah digunakan untuk menangani prokrastinasi akademik siswa, namun FGD pernah digunakan dalam penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan konsensus mengenai persepsi masyarakat terhadap konsep dugaan terorisme cyber yang berasal dari studi kualitatif. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa teknik FGD dapat mendukung penelitian untuk mengetahui seberapa efektif kerangka kerja cyber terror yang diusulkan dapat diterima oleh para peserta (Ahmad et al., 2012). Selain itu FGD juga pernah digunakan dalam penelitian yang bertujuan untuk mengurangi stres pada siswa sma yang akan menghadapi ujian akhir nasional” dalam penelitian ini menunjukan FGD terbukti efektif dapat mengurangi stres siswa SMA yang akan menghadapi Ujian Akhir Nasional pada siswa kelas XII yang ditunjukan dengan perbandingan pengukuran hasil pre test dan post test (Aprilia et al., 2016). Sehingga ini menjadi acuan peneliti untuk mengembangkan metode penelitian FGD untuk mengurangi Prokrastinasi akademik siswa.





**Gambar 1. Kerangka Berpikir**

### Hipotesa

*Focus Group Discussion* (FGD) mampu mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa sekolah menengah pertama.

## METODE PENELITIAN

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *experiment* dengan menggunakan desain penelitian *between subject design* dimana pengukuran dilakukan pada subjek yang berbeda dan dua situasi yang berbeda. Dalam penelitian ini dibagi dalam dua situasi yang berbeda yaitu situasi sebelum diberikan intervensi dan setelah dilakukannya intervensi. Pada subjek dibagi menjadi dua yaitu kelas *experiment* dan kelas kontrol yang tidak diberi perlakuan. Sehingga pada penelitian ini menggunakan model *control group pre-test* dan *post-test* desain. Rancangan penelitian digambarkan pada tabel 1.

### Rancangan Penelitian

Kelompok	Rancangan Penelitian
C group	$X_1$ ----- T ----- $X_2$
A group	$X_1$ ----- $X_2$

(Latipun,2006)

Keterangan :

$X_1$  = pengukuran sebelum perlakuan/intervensi

$X_2$  = pengukuran sesudah perlakuan/intervensi

T = perlakuan/intervensi

Pada penelitian saat ini, peneliti menggunakan *Focus Group Discussion* (FGD) sebagai metode intervensi dengan tujuan untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Pertama PGRI 1 Karangploso.

### Subjek Penelitian

Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan cara *sampling purposive* dengan kriteria subjek yang memiliki nilai prokrastinasi yang tinggi - sedang dari skala prokrastinasi yaitu dengan nilai lebih dari 47, dimana subjek penelitian ini adalah siswa SMP PGRI 01 Karangploso kelas 8A & 8C dengan jumlah subjek 52 siswa. Dimana kedua kelas ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol (8A) dan eksperimen (8C). Penentuan kelompok ini didasarkan pada kaidah eksperimen yaitu secara random. Subjek penelitian ini terdiri dari 8 perempuan

dan 18 laki-laki pada kelompok kontrol dan 9 perempuan dan 17 laki-laki pada kelompok eksperimen. Masing-masing kelompok memiliki rentangan usia 14-16 tahun.

### **Variabel dan Instrument Penelitian**

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel X (bebas) dan variabel Y (terikat). Dimana yang menjadi variabel X (bebas) adalah FGD (*Focus Group Discussion*) dan yang menjadi variabel Y (terikat) adalah Prokrastinasi Akademik.

FGD (*Focus Group Discussion*) adalah sebuah *treatment* atau perlakuan yang diberikan peneliti berupa diskusi kelompok yang didalamnya diberi edukasi berupa video yang diharapkan dapat menyadarkan subjek untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik kembali. Adapun *treatment* yang dilakukan terbagi menjadi 6 pertemuan dengan tahap awal edukasi, dimana edukasi ini ditampilkan dalam bentuk video perjuangan orang tua mencari nafkah dengan tujuan untuk menyadarkan subjek akan betapa besar pengorbanan orang tua untuk menyekolahkan anaknya sehingga diharapkan subjek sadar bahwa perilaku prokrastinasi akan membuat perjuangan orang tua sia-sia, pertemuan kedua FGD dengan tema “Prokrastinasi” untuk mengetahui sejauh mana prokrastinasi akademik dilakukan dan apa faktor penyebab munculnya perilaku tersebut, pertemuan ketiga “Mengatasi Permasalahan dengan usaha”, pertemuan keempat FGD subjek diajak untuk membuat pohon impian, pada pertemuan kelima sharing melalui FGD tentang impian dan cara menggapainya diharapkan subjek akan sadar bahwa prokrastinasi yang dilakukan dapat menghambat usaha untuk meraih impian atau cita-cita, pertemuan keenam penayangan video “harapan terwujud jika ada usaha”, review kembali dari pertemuan pertama sampai keenam dan menanyakan perasaan peserta sebelum dan setelah dilakukannya intervensi.

Prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda pekerjaan dimana pekerjaan siswa disini adalah berhubungan dengan akademik seperti mengerjakan tugas dan belajar. Siswa disini adalah siswa SMP PGRI 01 Karangploso kelas 8A & 8C sebanyak 52 siswa (17 perempuan dan 35 laki-laki) yang berusia 14-16 tahun dari berbagai kalangan. Prokrastinasi akademik diukur *Perceived Time, Intention-action gap, Emotional Distress*, dan *Perceived Ability*.

Data penelitian diperoleh dari *instrument* penelitian yang menggunakan bentuk pengukuran skala. Pengukuran skala ini didapatkan dengan mengumpulkan skor skala prokrastinasi pada siswa SMP PGRI 01 Karangploso kelas 8A & 8C sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) dilakukannya intervensi. Skala ini bernama Skala prokrastinasi akademik dalam penelitian ini disusun berdasarkan komponen-komponen prokrastinasi akademik menurut Ferrari, Johnson dan McCown (dalam Pangestu 2014). Skala prokrastinasi memiliki jumlah item sebanyak 35 item, hanya 31 item yang dianggap memenuhi kriteria korelasi minimal item, selanjutnya 4 item yang belum memenuhi kriteria diperbaiki kembali. Peneliti menguji validitas dan reliabilitasnya menggunakan program SPSS *for windows* versi 21. Adapun indeks validitas dan *Cronbach Alpha* disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 1. Indeks Validitas dan Reabilitas Alat Ukur Penelitian**

Jumlah item valid	Indeks Validitas	Indeks Reabilitas (Alpha)
35	0,300- 0,753	0,908

Dari hasil uji validitas dan reliabilitas alat ukur Prokrastinasi Akademik diperoleh hasil indeks validitas dengan rentangan 0,300-0,753 dan angka reliabilitas bernilai 0,908.

### **Prosedur dan Analisa Data Penelitian**

Secara umum, Penelitian dan Intervensi yang akan dilakukan memiliki 5 prosedur utama sebagai berikut.

Persiapan, tahap ini dimulai dari peneliti melakukan pendalaman asesmen mencari data dan pokok permasalahan selama kurang lebih 2 bulan. Kemudian peneliti membangun hubungan baik dengan subjek yaitu dengan cara selalu ikut dalam kegiatan belajar mengajar di kelas VIII C, dengan harapan agar subjek nantinya tidak canggung ketika waktu intervensi berlangsung. Selanjutnya peneliti juga menggunakan alat ukur dari teori Ferrari, Johnson dan McCown dan melakukan *tryout*. Subjek *tryout* berjumlah sebanyak 52 siswa SMP PGRI 1 Karangploso kelas VIII A dan VIII C (17 perempuan dan 35 laki-laki) yang berusia 14-17 tahun dari berbagai kalangan, sekaligus hasilnya digunakan untuk penilaian *pre-test*. Selanjutnya dilakukan uji *leven'test* untuk mengetahui homogenitas kedua kelompok sebelum dilakukannya intervensi. Sebelum dilakukannya intervensi peneliti meminta ijin terlebih dahulu kepada bidang kurikulum, wali kelas dan guru mata pelajaran yang jamnya diminta untuk dilaksanakannya intervensi.

Intervensi yang dilakukan peneliti di kelas VIII C menggunakan teknik *Focus Group Disscusion* (FGD) yang akan dilaksanakan dalam 6 pertemuan berturut-turut. Pada pertemuan pertama pemberian edukasi dan penanyangan video untuk menyadarkan subjek, pertemuan kedua FGD dengan tema prokrastinasi untuk mengetahui penyebab dan solusinya, pertemuan ke tiga FGD tentang mengatasi permasalahan dengan usaha, pertemuan ke empat membuat pohon impian agar subjek mengetahui keinginan yang hendak dicapai, pertemuan ke lima FGD tentang impian atau cita-cita yang telah dituliskan dipohon impian dan pertemuan ke enam edukasi tentang impian terwujud jika ada usaha.

Analisa setelah dilakukan rangkaian intervensi, peneliti memasuki tahap analisa yaitu dengan menganalisa hasil dari keseluruhan proses intervensi. Data – data yang telah diperoleh baik hasil *pre-test* dan *post-test* diinput dan diolah oleh peneliti dengan menggunakan program *SPSS for windows ver 21* yaitu dengan menggunakan analisa non parametric (yaitu subjek  $\leq 30$  orang) *Wilcoxon* untuk kelompok experiment dan kontrol. Kemudian dilakukan uji *levne'test* untuk mengetahui kesetaraan kedua kelompok setelah intervensi. Kemudian peneliti membahas secara keseluruhan hasil dari analisa tersebut dengan data penunjang seperti hasil observasi dan wawancara, terakhir peneliti menarik kesimpulan dari penelitian tersebut sesuai atau tidak dengan hipotesa.



## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil yang akan dipaparkan pada tabel-tabel berikut ini. Tabel yang pertama akan memaparkan karakteristik subjek yang ikut dalam penelitian FGD (*Focuss Group Discussion*) untuk mengurangi Prokrastinasi akademik siswa SMP berdasarkan hasil *sampling* menggunakan metode *purposive sampling*. Dimana subjek yang dimaksudkan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

**Tabel 2. Karakteristik subjek penelitian**

	Karakteristik	Kelompok eksperimen	Kelompok kontrol
Usia	Remaja	14-16 tahun	14-16 tahun
Jenis kelamin	Laki-laki	17 laki-laki	18 laki-laki
	Perempuan	9 perempuan	8 perempuan
Rata-rata skor pretest		95,15	95,46

Berdasarkan data pada tabel 2, diketahui bahwa kedua kelompok tergolong dalam rerata sedang dan tinggi dalam norma kelompok skor prokrastinasi. Dimana masing-masing kelompok terdiri dari remaja dengan kriteria 17 laki-laki dan 9 perempuan pada kelompok eksperimen dan 18 laki-laki dan 8 perempuan pada kelompok kontrol. Berdasarkan hasil pre-test didapatkan bahwa kedua kelompok dalam kategori tinggi dalam hal prokrastinasi.

Kemudian peneliti menganalisis skor prokrastinasi siswa pada kedua kelompok sebelum dilakukannya perlakuan berupa FGD (*Focuss Group Discussion*) dengan menggunakan Mann-Whitney untuk melihat kesetaraan kedua kelompok tersebut.

**Tabel 3. Deskriptif uji Lavene Test. Data Pre-Test kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	n	p
<b>Eksperimen</b>	26	0,140
<b>Kontrol</b>	26	

Berdasarkan hasil uji analisis Lavene test pada tabel 3 didapatkan hasil bahwa  $p > 0,05$  ( $p = 0,140$ ) sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua kelompok sebelum dilakukannya eksperimen dalam keadaan sama atau homogen.

Selanjutnya peneliti menganalisis skor prokrastinasi kedua kelompok dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test peserta dengan menggunakan uji

Wilcoxon untuk melihat apakah intervensi yang telah dilakukan memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi siswa.

**Tabel 4. Deskriptif uji Wilcoxon data pre-test dan post-test kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	n	Rerata skor angket		z	p
		Pre-Test	Post-Test		
<b>Eksperimen</b>	26	95,15	71,27	-4,459	0,000
<b>Kontrol</b>	26	95,46	95,27	-1,667	0,096

Berdasarkan hasil uji analisis Wilcoxon pada tabel 4 didapatkan hasil bahwa pada kelompok eksperimen  $p < 0,05$  ( $p = 0,000$ ) sedangkan pada kelompok kontrol  $p > 0,05$  ( $p = 0,096$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa FGD (*Focuss Group Discussion*) mampu menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa SMP.

Peneliti kemudian menganalisis skor kepatuhan kedua kelompok sesudah dilakukan perlakuan berupa FGD (*Focuss Group Discussion*) dengan menggunakan *Levene test* untuk melihat kesetaraan kedua kelompok.

**Tabel 5. Deskriptif uji Lavene Test post-test kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	n	p
<b>Eksperimen</b>	26	0,74
<b>Kontrol</b>	26	

Berdasarkan hasil uji analisis Lavene test pada tabel 5 didapatkan hasil bahwa  $p < 0,05$  ( $p = 0,74$ ) sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua kelompok tidak identik atau adanya perbedaan setelah dilakukannya intervensi dengan metode FGD (*Focuss Group Discussion*) terhadap perilaku prokrastinasi siswa SMP

## DISKUSI

Pada penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tingkat prokrastinasi akademik pada siswa – siswi Sekolah Menengah Pertama PGRI 1 Karangploso kelas VIII C melalui FGD (*Focuss Group Discussion*). Penurunan tingkat prokrastinasi akademik dibuktikan dengan adanya perbedaan tingkat prokrastinasi akademik pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah diberikannya perlakuan (*post-test*), meskipun kondisi kedua kelompok sama atau setara tingkat prokrastinasi akademiknya sebelum diberikannya perlakuan (*pre-test*). Keberhasilan eksperimen ini berdasarkan dari hasil uji analisis *Wilcoxon* dan *mann-whitney* pada kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang signifikan setelah diberikannya perlakuan.

*Focuss Group Discussion* merupakan metode penelitian yang dapat memberikan peneliti data yang tidak dapat diperoleh melalui dokumentasi, karena di FGD

subjek diminta untuk bercerita permasalahan yang dihadapi dan peserta lain dapat memberikan solusi atau jalan keluar untuk mengatasi permasalahannya (Savin-Baden dan Major dalam Aziz, 2015)

Menurut (Zare, Javadi, & Naseri, 2014) *Focuss Group Discussion* (FGD) dapat membantu mengungkap permasalahan yang sama dan dapat mengubah diri individu, sebab didalam FGD fasilitator membuat peserta lebih nyaman sehingga bisa menceritakan permasalahan yang dihadapinya tanpa ragu ataupun dibuat-buat. Pertama yang dilakukan fasilitator adalah memberikan *ice breaking* sebelum dimulainya setiap kegiatan, karena menurut Setyawan (dalam Ayu novia kurniasih dan Deddy Hidayatuulloh, 2016) dapat mencairkan suasana dan dapat membuat siswa lebih siap, termotivasi sebelum dilakukan sebuah pembelajaran. *Ice breaking* yang dilakukan oleh fasilitator berhasil membangun suasana hangat, hal ini dibuktikan dengan antusias peserta ketika menonton video, melakukan FGD dan membuat pohon impian.

Pada penelitian ini *Focuss Group Discussion* (FGD) mampu memberikan pengalaman – pengalaman yang bisa diimplikasinya dalam kegiatan belajar disekolah maupun dirumah. Subjek mampu mengambil pelajaran pada setiap sesi *Focuss Group Discussion* (FGD) yang berhubungan langsung dengan permasalahannya yakni prokrastinasi akademik, sebab setiap sesi moderator selalu mereview dan menanyakan kepada peserta “hal apa yang didapatkan dari pertemuan kali ini”.

Subjek atau siswa yang digunakan dalam penelitian ini berumur antara 14-16 tahun. Pada penelitian ini subjek dalam kategori remaja usia tersebut memiliki pengembangan kognitif pada tahap operasional yang dapat menciptakan pikiran logis dan usia tersebut remaja gampang terpengaruh oleh teman sebayanya (dalam Santrock, 2012).

Prokrastinasi merupakan perilaku individu yang meninggalkan kegiatan penting yang bisa dilakukan dan telah direncanakan sebelumnya tanpa alasan yang masuk akal (Zare et al., 2014). Sedangkan menurut Steel ( dalam Ursia, Siaputra, & Sutanto, 2013) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaanya tersebut dapat menghasilkan dampak negatif.

Prokrastinasi akademik yang dialami remaja jika tidak diidentifikasi dan berusaha diatasi akan berdampak negatif bagi siswa. Prokrastinasi berakibat pada banyaknya waktu yang terbuang sia-sia, tugas-tugas menjadi terbengkalai dan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal Ferrari ( dalam Munawaroh, 2017).

Pencapaian *insight* subjek dilakukan pada tahap orientasi dan eksplorasi, dimana peneliti memberikan edukasi sebuah video. Edukasi video diberikan karena menurut (Busyaeri, Udin, & Zaenuddin, 2016) media audio visual memiliki gambar, suara, materi, pengalaman emosional yang ingin disampaikan sehingga diharapkan subjek dapat belajar dari pengalaman yang ada di video. Dalam tahap ini video yang dipilih tentang pengorbanan orang tua untuk menafkahi keluarga agar anak memiliki pendidikan yang layak subjek sangat antusias. Ketika sesi pertama ini dilakukan 75% dari siswa meneteskan air mata, mereka mengaku

menyesal tidak maksimal ketika sekolah dan mereka berjanji sesampainya di rumah untuk meminta maaf kepada orang tuanya. Rasa penyesalan subjek yang disampaikan di akhir sesi merupakan titik awal perubahan perilaku yang didasari oleh keinginan dimana aspek yang ingin dimunculkan adalah *Intention-action gap* dan *Emotional Distress*.

Selanjutnya pada tahap transisi dilakukan dengan diskusi yang terbagi menjadi tiga. Diskusi yang pertama membahas tentang penyebab dan perilaku prokrastinasi apa yang sudah dilakukan, dimana dalam FGD akan merangsang stimulus subjek untuk menceritakan permasalahan yang dihadapi dan peserta yang lain saling menanggapi menurut Denscombe (dalam Dilshad & Latif, 2013). Sehingga siswa mampu menceritakan tentang penyebab utama yaitu rasa malas untuk mengerjakan, disamping itu juga faktor lebih sering bermain gadget dibandingkan belajar dan juga tidak paham akan tugas yang didapatkan. Oleh sebab itu peneliti membuat diskusi dengan cara FGD agar subjek dapat bertukar pikiran, saling berpendapat karena subjek dalam kategori remaja yang dimana dihadapkan dalam berbagai pilihan keputusan yang tidak bisa diselesaikan sendiri (Santrock, 2012). Subjek mengatakan bahwa mereka akan datang pagi-pagi untuk menyontek tugas milik rekannya atau membiarkan sehingga tidak mempunyai nilai akan tugas tersebut. Dalam hal ini kestabilan emosi yang dimiliki remaja memang dalam tahap bergejolak yang ditandai oleh perubahan suasana hati menurut G. Staenly (dalam Santrock, 2012). Sehingga pendapat dan saran teman sangat dibutuhkan disini agar subjek dapat mengambil keputusan yang tepat dan aspek yang dimunculkan adalah *Perceived Time*, *Intention-action gap*, *Emotional Distress*, dan *Perceived Ability*. Kelemahan dalam sesi ini ada beberapa siswa yang malu-malu dalam mengutarakan permasalahannya hal ini terjadi karena siswa pendiam, sulit terbuka.

Penyadaran subjek akan kesalahan yang telah dihadapi diselesaikan dengan diskusi selanjutnya bahwa harus ada usaha nyata untuk mengatasi masalah, karena permasalahan tidak akan selesai hanya dengan penyesalan. Oleh sebab itu pada sesi ini siswa saling bertukar pikiran dan memberi pendapat usaha yang harus dilakukan untuk meninggalkan rasa malas. Hal ini dimulai dengan membuat jadwal belajar setiap hari, meninggalkan gadget sejenak ketika jam belajar, tidak malu bertanya ketika tugas yang didapatkan sulit. Kegiatan yang dilakukan subjek ini merupakan bentuk usaha untuk merubah perilaku prokrastinasi sehingga aspek yang dimunculkan adalah *Perceived Time*, *Intention-action gap*, *Emotional Distress*, dan *Perceived Ability*. Kelemahan pada sesi ini hanya beberapa siswa saja yang memberikan pendapat sedangkan peserta yang cenderung diam tetap susah memberikan pendapatnya.

Bentuk usaha yang dilakukan subjek akan termotivasi jika memiliki suatu keinginan atau cita-cita. Oleh sebab itu peneliti pada tahap eksplorasi dan orientasi mengajak subjek untuk membuat pohon impian yang berisi cita-cita atau keinginan yang hendak dicapai. Dengan membuat pohon impian seseorang akan terpacu untuk meraih cita-citanya dimana motivasi terbentuk dari dorongan yang membuat individu terpacu untuk meraih keinginannya Hubies dalam (Palupi, 2014). Dalam hal ini subjek akan lebih percaya akan kemampuan yang dimiliki

untuk meraih cita-cita yang dituliskan dalam pohon impian. Dimana aspek yang muncul yaitu *Perceived Ability* (percaya akan kemampuan yang dimiliki) untuk mencapai keinginan-keinginan tersebut. Kelemahan ada beberapa siswa yang tidak bersungguh-sungguh menuliskan cita-cita dalam pohon impian.

Keinginan yang dimiliki subjek tidak akan terwujud jika tidak diseimbangi dengan usaha yang dimiliki subjek. Oleh sebab itu peneliti mengajak subjek pada tahap transisi untuk berdiskusi kembali mendapatkan cara meraih keinginan. Diskusi pada sesi kali ini lebih aktif dilakukan oleh subjek, hal ini terlihat dari banyaknya masukan yang diterima, bahkan terdapat seorang subjek yang bercerita tentang pengalaman yang dimiliki tentang pencapaian usaha sehingga rekan lainnya dapat paham akan usaha apa yang harus dilakukan. Sehingga pada sesi kali ini aspek yang dimunculkan yaitu *Intention-action gap*.

Bentuk-bentuk usaha yang sudah subjek miliki ketika berdiskusi diperkuat dengan edukasi yang diberikan peneliti pada sesi penutup. Dimana peneliti menekankan bahwa usaha tersebut harus diseimbangi dengan niat, termasuk niat untuk meninggalkan prokrastinasi. Karena usaha yang dibuat untuk mencapai cita-cita sangatlah sia-sia apabila kegiatan menunda-nunda pekerjaan tetap dilakukan. Pada sesi ini subjek juga menyampaikan terimakasih karena dapat disadarkan bahwa perilaku kecil dapat menghambat kesuksesannya dimasa yang akan datang. Oleh sebab itu aspek yang dimunculkan pada tahap ini yaitu *Perceived Time*, *Intention-action gap*, *Emotional Distress*, dan *Perceived Ability*.

Kesan yang diberikan oleh peneliti pada subjek melalui FGD yang menyenangkan memungkinkan bagi subjek untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademiknya. Penelitian eksperimen yang dilakukan ini menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok kontrol dan eksperimen setelah diberikan perlakuan (*post-test*). Hal ini dilihat dari uji analisis data *Levene Test* yaitu  $p < 0,05$  ( $p = 0,74$ ). Berdasarkan hasil tersebut maka data disimpulkan bahwa FGD (*Focus Group Discussion*) mampu mengurangi Prokrastinasi akademik siswa SMP di SMP PGRI 01 Karangploso.

Beberapa kelebihan yang sudah dijelaskan sebelumnya, bukan berarti penelitian ini luput dari kekurangan. Kekurangan peneliti terdapat pada karakteristik subjek, ada beberapa siswa yang malu-malu dalam mengutarakan permasalahannya hal ini terjadi karena siswa pendiam, sulit terbuka dan ada siswa yang tidak bersungguh-sungguh terhadap permasalahannya. Selain itu peneliti juga kesulitan dalam mencari waktu untuk melakukan penelitian. Hal ini dikarenakan guru yang tidak datang dan membiarkan jam kosong tanpa pemberitahuan terlebih dahulu. Sehingga ketika peneliti sudah tidak mempersiapkan atau sedang menjaga kelas yang lain, kelas eksperimen kosong atau tidak ada pelajaran.

## SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Penelitian yang telah dilakukan memberikan hasil yaitu dilihat dari uji analisis *Wilcoxon* pada kedua kelompok, terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan (*post-test*) yaitu  $z = -4,459$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa FGD (*Focus Group Discussion*) mampu mengurangi Prokrastinasi akademik siswa SMP di SMP PGRI 01 Karangploso. Implikasi dari penelitian ini mencakup bagi siswa diharapkan dapat melaksanakan bentuk usaha yang direncanakan sehingga permasalahan yang dihadapi tidak kembali terulang dan cita-cita dapat terwujud. Bagi orang tua lebih bisa mengontrol jam belajar anak ketika di rumah dan memberikan perhatian lebih terhadap akademik. Bagi sekolah diharapkan dapat membantu siswa yang kurang mengerti dengan pelajaran. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mengkondisikan waktu penelitian dan mempersiapkan kembali penelitian yang akan dilakukan. Sehingga kekurangan yang terjadi pada penelitian ini tidak terulang dan dapat membuktikan efektifitas FGD (*Focus Group Discussion*) untuk mengurangi Prokrastinasi akademik siswa SMP di SMP PGRI 01 Karangploso.



## REFERENSI

- Ahmad, R., Yunus, Z., Shahrin, S., & Mariana, Y. (2012). Perception on Cyber Terrorism: A Focus Group Discussion Approach. *Journal of Information Security*, 3(3), 231–237. <https://doi.org/10.4236/jis.2012.33029>
- Alvira, M. 2013. *Keefektifan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa SMP*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Ananda, N. Y. (2013). Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Program Akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 2(3).
- Aprilia, D., Ushuluddin, F., Humaniora, D., & Banjarmasin, I. A. (2016). Efektivitas Focus Group Discussion Untuk Mengurangi Stres Pada Siswa Sma Yang Akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional. *Studi Insania*, 4(2), 107–114.
- Aziz, N. A. (2015). Role of Focus Group Discussion (FGD) in e-Business Research. *OALib*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.4236/oalib.1101281>
- Ayu N. K. dan Deddy H. (2016). Penerapan Ice Breaking (Penyegar Pembelajaran) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPA Siswa Kelas 8 MTs AN-NUR Pelopor Bandarjaya Tahun Pelajaran 2013/2014. *Pendidikan Fisika*, 3(March 2015).
- Boateng, W. (2012). Evaluating the Efficacy of Focus Group Discussion (FGD) in Qualitative Social Research. *International Journal of Business and Social Science*, 3(7), 54–57.
- Busyaeri, A., Udin, T., & Zaenuddin, A. (2016). Pengaruh Penggunaan Video Pembelajaran Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Mapel Ipa Di Min Kroya Cirebon. *Oleh*, 3(20), 116–137 Retrieved From <http://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/ibtida/article/view/584/512>
- Das, A. (2016). Relationship Between Academic Procrastination and Academic Achievement of School Students. *International Journal of Scientific Research*, 5(11), 704–706. <https://doi.org/10.15373/22778179>
- Dilshad, R. M., & Latif, M. I. (2013). Focus Group Interview as a Tool for Qualitative Research : An Analysis. *Journal of Social Sciences*, 33(1), 191–198.

- Fitriya dan Lukmawati. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang. *Jurnal Psikologi Islami*, vol 2 no 1.
- Latipun.(2006). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press - Universitas Muhammadiyah Malang.
- Mohamadi, F. S., Farghadani, A., & Shahmohamadi, Z. (2012). Individual Factors Antecedents of Academic Procrastination: The Role of Perfectionism Components and Motivational Beliefs in Predicting of Students Procrastination. *European Journal of Social Sciences*. ISSN 1450-2267 Volume 30 No.2 (2012), pp. 330-338.
- Munawaroh, M. L. A. S. dan S. W. N. E. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 26–31.
- Palupi, R. (2014). Terhadap Kinerja Guru Dalam Mengelola Kegiatan Belajar Dengan Hasil Belajar Ipa Siswa Kelas Viii Di Smpn N 1 Pacitan. *Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(2).
- Pangestu, R. 2014. Hubungan Prokrastinasi dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Ubaya. Calyptra: *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 3. 1.
- Paramita, A., & Kristiana, L. (2013). Teknik Focus Group Discussion Dalam Penelitian Kualitatif (Focus Group Discussion Tehnique in Qualitative Research). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 117–127.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17(1), 1–18. <https://doi.org/10.7454/mssh.v17i1.1798>
- Utaminingsih, S., & Setyabudi, I. (2012). Tipe Kepribadian Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sma " X " Tangerang. *Jurnal Psikologi Edukasi*, 10(1), 48–57.
- Warsiyah. 2013. Perilaku Mencontek Mahasiswa Muslim Pengaruh Tingkat Keimanan, Prokrastinasi Akademi Dan Sikap Terhadap Menyontek Pada Perilaku Menyontek Mahasiswa Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo", *Tesis*, Insitut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo.
- Yerdelen, S., McCaffrey, A., & Klassen, R. M. (2016). Longitudinal examination of procrastination and anxiety, and their relation to self-efficacy for self-regulated learning: Latent Growth Curve Modeling. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 16(1), 5–22. <https://doi.org/10.12738/estp.2016>





Zare, B., Javadi, F., & Naseri, S. (2014). Does It Make Me Beautiful ? A Focus Group Discussion on Cosmetic Surgery. *Journal of Applied Sociology*, 4(5), 126–132. <https://doi.org/10.5923/j.ijas.20140405.03>

You W.,J. 2015. Examining the Effect of Academic Procrastination on Achievement Using LMS Data in e-Learning. *Journal of Educational Technology and Society* 18 (3): 64-74.



## Lampiran

### 1. Surat ijin penelitian

	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG</b> <b>FAKULTAS PSIKOLOGI</b> <small>Jl. Raya Tlogomas No.254 Telp.(0341) 464318 – 319 Ext. 253, 233, 168 Fax.(0341) 460782 Malang 65144 Indonesia Email : psikologi@umm.ac.id Website : psikologi.umm.ac.id</small>	
Nomor	: E.6.k/099/Psi-UMM/I/2018	31 Januari 2018
Lamp	: -	
Perihal	: <b>Ijin Penelitian Skripsi</b>	
Kepada	: Yth. Kepala Sekolah Menengah Pertama PGRI 01 Karangploso Jl. P. B. Sudirman No. 73 Girimoyo, Karangploso Di Malang	
<i>Assalamu'alaikum Wr. Wb.</i>		
Dalam rangka menyusun Skripsi Sarjana Strata I (S1), mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang bermaksud untuk melakukan <b>Ijin Penelitian Skripsi di Sekolah Menengah Pertama PGRI 01 Karangploso</b> dalam rangka studi pendahuluan penyusunan skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut diatas, maka bersama surat ini kami mengajukan permohonan kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi ijin kepada mahasiswa dengan nama terlampir :		
Nama	: <b>I Made Abdi</b>	
N I M	: <b>201410230311351</b>	
No. Hp	: <b>087859671995</b>	
Alamat	: <b>Jl. Bromo Gang V No. 35, Batu</b>	
Judul Skripsi	: <b>Focus Group Discussion untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama</b>	
Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.		
<i>Wassalamu'alaikum Wr. Wb.</i>		
Dekan,		
 <b>M. Saleh Saniardi, M.Psi. Ph.D</b> 109. 0203.0368		

## 2. Surat keterangan Penelitian



YAYASAN PEMBINA LEMBAGA PENDIDIKAN DASMEN PGRI  
**SMP PGRI 01 KARANGPLOSO**  
STATUS : TERAKREDITASI A  
NSS : 202051829002    NDS : E. 13072001    NPSN: 20517392  
Alamat : Jl. P.B. Sudirman 73 Telp. 0341-461619 Karangploso Kab. Malang 65152

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 62.1/E.12/SMP PGRI-01/II/2018

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : INDRAYATI, S.Pd  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Alamat : JL.PB.Sudirman 73 Karangploso

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : I Made Abdi  
NIM : 201410230311351  
Jurusan : Psikologi

telah mengadakan penelitian/ survey/ wawancara sesuai dengan judul skripsi sebagai berikut:

***"Focus Group Discussion untuk mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa sekolah menengah pertama di smp PGRI 01 Karangploso"***. Mulai tanggal 5 s.d 15 Februari 2018

Demikian surat keterangan kami buat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya dan apabila ada perubahan akan ditentukan kemudian.

Karangploso, 15 Februari 2018  
Kepala Sekolah,  
  
INDRAYATI, S.Pd  
NIP. 19620829 199103 2 005

### 3. Absensi kehadiran subjek

**SMP PGRI 01 KARANGPLOSO**  
**DAFTAR NAMA SISWA**  
**KELAS (DELAPAN) VIII C**  
**TAHUN PELAJARAN 2017 / 2018**

NO	INDUK	NAMA	L/P	1	2	3	4	5
1	6094	Adellia Syafira Efendi	P	✓	✓	✓	✓	✓
2	6127	Adhelia Putri	P	✓	✓	✓	✓	✓
3	6160	Afrizal Febrianto	L	✓	✓	✓	✓	✓
4	6096	Ahmad Fajar Maulidan	L	✓	✓	✓	✓	✓
5	6161	Akbar Vicky Firmansyah	L	✓	✓	✓	✓	✓
6	6131	Angkasa Reynaldi	L	✓	✓	✓	✓	✓
7	6164	Ardi Irwanto	L	✓	✓	✓	✓	✓
8	6100	Cornelia Jestika Wahyu P.	P	✓	✓	✓	✓	✓
9	6166	Deny Setiawan	L	✓	✓	✓	✓	✓
10	6167	Dewi Adriyatni	P	✓	✓	✓	✓	✓
11	6104	Elisa Aprilia Putri	P	✓	✓	✓	✓	✓
12	6136	Fika Fitri Ayu Ramadhan	P	✓	✓	✓	✓	✓
13	6107	Jeri Santoso Kusuma	L	✓	✓	✓	✓	✓
14	6139	Julia Fatma Wati	P	✓	✓	✓	✓	✓
15	6172	Khayati Nurfadilah	P	✓	✓	✓	✓	✓
16	6109	Marcella Sapta Agustin	P	✓	✓	✓	✓	✓
17	6141	Melta Dara Stigar Pravita	P	✓	✓	✓	✓	✓
18	6142	Mohammad Fairussawal	L	✓	✓	✓	✓	✓
19	6112	Mukhamad Tri Wahyudi	L	✓	✓	✓	✓	✓
20	6144	Mukhammad Asfarul Maulana	L	✓	✓	✓	✓	✓
21	6179	Okta Surya Andika	L	✓	✓	✓	✓	✓
22	6114	Onivia Aviagung Anansyah	P	✓	✓	✓	✓	✓
23	6149	Rio Awalludin Ramadan	L	✓	✓	✓	✓	✓
24	6183	Ronaldo Alexander Gama	L	✓	✓	✓	✓	✓
25	6125	Yoga Dwi Hatta	L	✓	✓	✓	✓	✓
26	6157	Youvan Gilang Sinanda	L	✓	✓	✓	✓	✓

L      15  
P      11    +  
         26

Wali Kelas,

Miklwi Desita Suci Prastica, S.Pd

#### 4. Skala Penelitian

Identitas diri

Nama /Inisial : usia :

Jenis kelamin : Kelas :

Berikan tanda centang (v) pada salah satu pilihan jawaban dari pernyataan yang sesuai dengan kondisi Anda saat ini.

	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya bermasalah dalam memulai mengerjakan tugas sekolah yang diberikan guru.				
2	Saya menunda mengerjakan tugas sekolah				
3	Jadwal kegiatan yang telah saya buat tidak saya laksanakan tepat waktu.				
4	Saya tidak sempat mengerjakan tugas sekolah karena sibuk untuk mengurus kegiatan lain yang lebih menyenangkan.				
5	Saya gagal dalam menyelesaikan tugas sekolah sesuai jadwal yang telah saya susun.				
6	Saya mampu mengerjakan tugas sekolah tepat waktu.				
7	Jadwal yang telah saya buat, saya laksanakan sesuai rencana.				
8	Saya mengerjakan tugas sekolah pada saat hari-hari terakhir pengumpulan tugas sehingga terlambat dalam mengumpulkan tugas.				
9	Waktu yang diberikan untuk mengerjakan tugas sudah cukup sehingga saya tidak terlambat dalam mengumpulkan tugas.				
10	Saya puas dengan hasil kerja yang saya lakukan karena saya dapat mengerjakan tugas sekolah tepat waktu.				
11	Bagi saya mengerjakan tugas sekolah itu menyenangkan, sehingga saya tidak mau menunda untuk mengerjakannya				
12	Tugas sekolah yang banyak membuat saya malas untuk memulai mengerjakannya.				
13	Saya suka mengerjakan tugas sekolah tepat waktu.				
14	Saya memilih menyelesaikan tugas sekolah terlebih dahulu baru mengerjakan kegiatan yang lain.				
15	Mengikuti kegiatan-kegiatan yang menyenangkan membuat saya lupa akan tugas sekolah yang diberikan guru pada saya.				
16	Saya kesulitan untuk memenuhi jadwal yang sudah ditetapkan				

17	Walaupun saya mengikuti kegiatan diluar sekolah, saya tetap bisa menyelesaikan tugas dengan baik.				
18	Saya menyelesaikan tugas sekolah sebelum batas waktu pengumpulan.				
19	Saya lebih mengutamakan untuk menyelesaikan tugas sekolah daripada melakukan aktivitas lain.				
20	Saya langsung menyelesaikan tugas sekolah yang sebelumnya sudah saya kerjakan sebagian.				
21	Saya memiliki banyak waktu luang untuk mengerjakan tugas sekolah, sehingga dengan segera saya kerjakan tugas yang diberikan.				
22	Saya langsung mengerjakan tugas sekolah yang diberikan guru agar tidak terlambat mengumpulkannya.				
23	Saya lebih suka mengerjakan kegiatan yang lain yang lebih menyenangkan meskipun tugas sekolah sudah dekat batas pengumpulannya.				
24	Saya berusaha menyelesaikan tugas sebaik mungkin (perfeksionis) sehingga sering terlambat mengumpulkannya.				
25	Saya dikejar-kejar waktu dalam menyelesaikan tugas sekolah karena tidak mengikuti jadwal yang telah saya buat.				
26	Saya mengerjakan tugas sekolah lebih cepat dari rencana yang telah saya tentukan.				
27	Mengerjakan tugas sekolah itu membosankan sehingga saya mendahulukan kegiatan yang lebih menyenangkan.				
28	Waktu yang diberikan guru untuk mengerjakan tugas sekolah tidaklah cukup.				
29	Saya lebih cepat menyelesaikan tugas sekolah daripada teman-teman saya.				
30	Saya malas mengerjakan tugas sekolah terlalu cepat.				
31	Saya menyelesaikan tugas sekolah jauh sebelum batas waktu pengumpulan tugas tersebut.				
32	Meskipun kegiatan lain cukup menggoda, saya tetap mengutamakan menyelesaikan tugas sekolah				
33	Ide-ide saya baru muncul setelah batas waktu pengumpulan tugas sekolah sudah dekat sehingga saya baru akan memulai mengerjakannya.				
34	Saya baru bisa mengerjakan tugas sekolah setelah melakukan kegiatan lain yang menyenangkan.				
35	Saya terlambat dalam mengumpulkan tugas sekolah akibat selalu menunda mengerjakannya.				

5. Tabel hasil pre-test  
a. Kelas Eksperimen

PRETEST 8C (Eksperimen)																																					
Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35		
Adelia Sy	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	4	2	3	4	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	87	
Adelia Pu	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2	2	4	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	1	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	2	2	93	
Afrizal Fe	4	4	4	4	3	3	3	4	1	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	105	
ahmad F.	4	2	4	3	2	4	4	2	3	3	2	4	4	2	3	2	2	4	2	4	4	3	2	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	2	101	
Akbar Vic	4	2	1	1	1	2	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	1	4	2	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	4	94	
Angkasa	2	2	4	1	1	4	3	3	2	2	4	3	2	2	3	4	2	2	4	2	3	3	4	4	4	2	2	4	3	2	2	2	3	2	3	95	
Ardi Irwan	4	1	4	4	4	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	3	3	1	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	93	
Cornelia	4	2	4	2	3	4	2	4	2	2	4	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	88	
Deni Seti	2	2	4	2	4	1	3	4	1	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	1	2	2	4	2	1	4	2	3	1	2	1	3	4	3	85	
Dewi Adri	3	2	4	1	4	2	4	2	1	4	4	4	2	1	2	2	1	2	4	4	1	1	2	3	2	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	92	
Elisa Apri	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	4	2	4	3	2	2	4	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	4	2	91	
Fika Fitri	1	2	3	3	4	4	3	1	2	2	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	89	
Jeri Sant	2	3	2	3	2	4	2	4	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	97	
Julia Fatr	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	4	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	4	93
Khayati N	3	4	2	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	2	91	
Marselia	4	4	3	3	2	4	1	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	1	4	2	4	3	3	3	1	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	104	
Melta Dar	4	3	3	2	4	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	97	
Fairussav	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	1	1	2	2	2	3	2	4	3	4	4	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	4	3	2	92	
M. Tri Wa	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	4	2	4	2	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	102	
Muhamad	2	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	100	
Okta Sur	4	4	3	3	2	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	3	2	4	3	3	1	4	4	2	2	2	3	101	
Onivia Au	4	3	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	4	2	3	4	2	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	105	
Rio Awal	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	91	
Ronaldo	4	4	3	3	2	4	2	3	4	2	3	3	4	3	3	2	4	4	3	2	3	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	3	4	4	2	102	
yoga dwi	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	1	1	2	1	1	2	87	
Youvan D	3	3	2	4	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	1	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	4	3	3	99	

b. Kelas Kontrol

	PRE TEST 8A (Kontrol)																																				
nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	JUMLAH	
Achmad Ferly	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	104	
Achmad Nival	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	106	
Adelia	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
Alex	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	98	
Ferdian	2	1	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	93	
Ananda putra	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	93		
Flaniake willy	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	3	2	2	3	108	
Govinda aprilia	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	101	
Lina heni	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	1	2	2	2	2	1	89	
M. andi	2	2	2	3	1	2	2	3	1	2	3	4	3	3	4	1	2	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	91	
M. Rizky	2	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	3	1	2	2	1	3	4	3	3	3	3	1	2	2	4	2	93
Mira Azizatul	3	3	2	1	1	2	2	2	3	1	1	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	1	4	4	2	3	3	2	2	2	4	2	4	88
Muhamad Fahr	3	1	3	3	3	1	4	1	3	2	4	1	1	1	3	2	2	2	4	3	1	2	4	1	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	80	
Muhamad agur	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	1	2	3	4	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3	1	4	3	4	3	3	104	
Nauval Salwawi	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	2	4	2	2	2	3	3	84	
Rafly zidan	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	99
Rendi agung	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	100	
Resma Ayu	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	101	
Rizal Nasution	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	84	
Salsabila kurnia	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	2	4	2	2	1	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3	3	79	
Shisilia Dwi	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	4	2	2	2	3	3	97	
Silvia Dwi	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	1	1	1	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	98	
Siti Aisyah	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	1	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	108	
Surya Agung	2	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	89	
Syahrul Maulan	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	1	2	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	103	
Trio bayu	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	2	3	96	



6. Tabel Hasil Post-test  
a. Kelas Eksperimen

	POST TEST 8C (Eksperimen)																																				
Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	JUMLAH	
adelia Syafira Efendi	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	62		
Adelia Putri	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	52	
Afrizal Febrianto	1	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	1	1	2	1	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	60	
ahmad Fajar maulida	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	49	
Akbar Vicky Firmans	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	54	
Angkasa Reynaldi	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	56	
Ardi Irwanto	1	2	2	1	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	1	4	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	3	2	1	2	2	58	
Cornelia Jestika Wah	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	68	
Deni Setiawan	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	61	
Dewi Adrigatni	2	2	3	1	3	2	2	3	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	2	3	2	1	2	3	3	3	1	3	3	71	
Elisa Aprilia Putri	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	1	2	76	
Fika Fitri Ayu Ramad	1	2	3	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	4	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	78	
Jeri Santoso Kusum	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	77	
Julia Fatma Wati	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	4	85	
Khayati Nurfadilah	3	2	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	86	
Marselia Sapta agus	3	1	3	2	3	2	1	1	2	2	1	3	1	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	2	3	71	
Melta Dara stigir	4	2	3	2	4	1	1	2	2	1	2	2	3	3	1	3	1	2	2	3	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	3	2	72	
Fairussawal	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	2	3	3	4	3	2	80
M. Tri Wahyudi	4	3	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	1	2	2	1	3	3	77	
Muhamad Asfarul M	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	85	
Okta Surya andika	1	1	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	1	2	2	2	3	3	1	1	1	2	2	2	3	79	
Onivia Aviagung	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	82	
Rio Awalludin	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	78	
Ronaldo Alexander	2	2	3	3	2	4	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	81	
yoga dwi	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	1	2	1	3	1	2	1	1	2	80	
Youvan Gilang	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	2	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	3	75	

b. Kelas Kontrol

	POST TEST 8A (Kontrol)																																			
nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	JUMLAH
Achmad	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	104	
Achmad	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	106	
Adelia	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
Alex	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	97	
Ferdian	2	1	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	93	
Ananda p	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	93	
Flaniake	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	3	2	2	3	109
Govinda	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	101
Lina hen	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	3	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	1	88
M.andi	2	2	2	3	1	2	2	3	1	2	3	4	3	3	4	1	2	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	90
M.Rizky	2	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	1	2	2	1	3	4	3	3	3	3	1	2	2	4	2	93
Mira Aziz	3	3	2	1	1	2	2	2	3	1	1	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	1	4	4	2	3	2	2	2	2	4	2	4	87
Muhamad	3	1	3	3	3	1	4	1	3	2	4	1	1	1	3	2	2	2	4	3	1	2	4	1	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	80
Muhamad	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	1	2	3	4	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4	3	3	1	4	3	4	3	3	104
Nauval S	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	4	2	2	2	3	3	84
Rafly zida	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	99
Rendi ag	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	4	3	4	2	3	3	4	4	3	100
Resma A	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	101
Rizal Nas	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	84
Salsabila	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	2	4	2	2	1	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3	3	79
Shisilia D	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	4	2	2	2	3	3	97
Silvia Dwi	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	1	1	1	1	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	98
Siti Aisya	4	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	106
Surya Ag	2	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	89	
Syahrul M	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	1	2	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	103
Trio bayu	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	2	3	96

## 7. Output Uji Lavene Test (Homogenitas)

### a. Pre-test

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Siswa	Experiment	26	95.15	5.971	1.171
	Kontrol	26	95.46	8.218	1.612

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Siswa	Equal variances assumed	2.251	.140	-.154	50	.878	-.308	1.992	-4.309	3.694
	Equal variances not assumed			-.154	45.643	.878	-.308	1.992	-4.319	3.703

### b. Post-test

**Group Statistics**

	KELOMPOK	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SISWA	PERLAKUAN	26	71.27	11.159	2.188
	TANPA PERLAKUAN	26	95.27	8.254	1.619

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
SISWA	Equal variances assumed	3.324	.074	-8.817	50	.000	-24.000	2.722	-29.467	-18.533
	Equal variances not assumed			-8.817	46.053	.000	-24.000	2.722	-29.479	-18.521

## 8. Output Uji Wilcoxon

### a. Kelas Eksperimen

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
SEBELUM	26	95.15	5.971	85	105
SESUDAH	26	71.27	11.159	49	86

### Wilcoxon Signed Ranks Test

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SESUDAH - SEBELUM Negative Ranks	26 <sup>a</sup>	13.50	351.00
Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
Ties	0 <sup>c</sup>		
Total	26		

a. SESUDAH < SEBELUM

b. SESUDAH > SEBELUM

c. SESUDAH = SEBELUM

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	SESUDAH - SEBELUM
Z	-4.459 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

### b. Kelas Kontrol

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
SEBELUM	26	95.46	8.218	79	108
SESUDAH	26	95.27	8.254	79	109

### Wilcoxon Signed Ranks Test

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SESUDAH - SEBELUM Negative Ranks	5 <sup>a</sup>	3.60	18.00
Positive Ranks	1 <sup>b</sup>	3.00	3.00
Ties	20 <sup>c</sup>		
Total	26		

a. SESUDAH < SEBELUM

b. SESUDAH > SEBELUM

c. SESUDAH = SEBELUM

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	SESUDAH - SEBELUM
Z	-1.667 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.096

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

## 9. Dokumentasi

### A. Pertemuan 1



### B. Pertemuan 2



### C. Pertemuan 3



#### D. Pertemuan 4



#### E. Pertemuan 5



#### F. Pertemuan 6





#### **a. Masalah/ Isu yang akan diintervensi**

Siswa diharapkan memiliki kemampuan dalam melaksanakan tugasnya sebagai pelajar yaitu belajar secara optimal sesuai tuntutan yang dihadapi. Untuk memenuhi tuntutan – tuntutan itu, maka siswa tersebut diharapkan dapat memenuhi tugas-tugas belajarnya secara tepat. Datang ke sekolah tepat waktu, mengikuti pelajaran sesuai jadwal dan tidak membolos pada jam-jam pelajaran , mengumpulkan tugas tepat waktu. Akan tetapi tidak semua tuntutan yang diberikan dapat dipenuhi oleh siswa. Banyak kasus seperti yang ditemukan di SMP PGRI 1 Karangploso pada hari senin, 16 Oktober yaitu terdapat 2 orang siswa melarikan diri dari sekolah pada saat jam pelajaran berlangsung. Dilihat dari buku kejadian pelanggaran disekolah, lebih dari 3 kali dalam sebulan terdapat anak yang melarikan diri dari sekolah saat pelajaran berlangsung. Alasan dari kedua anak tersebut adalah malas mengikuti pelajaran dan belum mengerjakan tugas. Fenomena ini terjadi disebabkan karena siswa sering menunda-nunda pekerjaan (prokrastinasi).

Menurut Ferrari (Ghufron, 2011) prokrastinasi merupakan perilaku yang dilakukan berulang-ulang dan menjadi sebuah kebiasaan yang mengarah kepada kepribadian, kebiasaan yang dilakukan yaitu melakukan penundaan dalam menghadapi tugas dan disertai dengan keyakinan yang *irrational*. Prokrastinasi didasari oleh pikiran-pikiran irrational seseorang seperti “dikerjakan nanti saja”, “besok juga bisa”, “mengerjakan ini mudah jadi pasti cepat”.

Individu yang mengalami prokrastinasi akan selalu mengatakan bahwa besok saja akan menyelesaikan tugas tersebut, tetapi ketika keesokan hari kembali mengulang kebiasaan tersebut dengan mengatakan nanti saja. Seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, sehingga prokrastinasi merupakan salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai sesuatu ketika menghadapi tugas-tugas tersebut.



Motivasi berprestasi memiliki ciri-ciri menurut McClelland (dalam, Rumaini 2006) adalah pemilihan tingkat kesulitan tugas, ketaatan atau ketekunan, harapan terhadap umpan balik, memiliki tanggung jawab pribadi terhadap kinerjanya dan kemampuan dalam melakukan inovasi. Seseorang juga dapat kehilangan motivasi dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari karena banyaknya stressor yang diterima. Kondisi ini rentan untuk membuat siswa melakukan prokrastinasi akademik.

Guna mengatasi prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP PGRI 1 Karangploso, ada beberapa metode intervensi yang dapat digunakan seperti psikodrama, *focus group discussion*, konseling keluarga dan konseling kelompok. Saya memilih untuk menggunakan teknik *focus group discussion* (FGD) kelompok karena teknik ini lebih ekonomis dari segi waktu, karena beberapa konseli dapat dibantu dalam waktu yang bersamaan, dan juga konseli dapat belajar dari konseli yang lain saat mereka mengeksplorasi masalah-masalah pribadinya.

#### **b. Jenis intervensi**

Adapun metode intervensi yang digunakan dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa kelas VIII A dan C SMP PGRI 1 Karangploso adalah dengan menggunakan FGD (*Focus Group Discussion*). FGD biasa disebut juga dengan diskusi kelompok terarah merupakan bentuk pengumpulan data melalui wawancara dalam kelompok. Dengan menggunakan FGD yang dalam penyelesaian masalahnya terfokus pada 1 masalah dan FGD membuat peserta untuk menganalisa masalahnya sendiri. Mereka harus saling berdiskusi menyalurkan pendapat, mendapatkan masukan dari peserta lain sehingga didapat multi persepsi dimana bukan hanya persepsi dari diri masing-masing. Dengan FGD bisa membuat peserta menyamakan persepsi mereka.

#### **c. Tujuan intervensi**

Tujuan intervensi yang akan diberikan yaitu untuk mengurangi tingkat prokratinasi pada siswa kelas VIII A dan VIII C SMP PGRI 01 Karangploso yang diharapkan dapat meningkat prestasi akademik siswa.

#### **d. Peserta atau sasaran intervensi**

Peserta intervensi adalah siswa kelas VIII A & VIII C SMP PGRI 01 Karangploso yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

**e. Pihak yang terlibat (narasumber/fasilitator)**

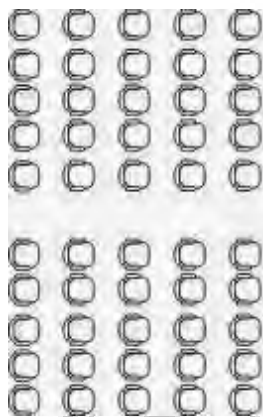
-

**f. Waktu dan tempat pelaksanaan intervensi**

Waktu :

Kelas : VIII C SMP PGRI 01 Karangploso

**g. Tata ruang (setting tempat) Pelaksanaan Intervensi**



**h. Media Intervensi**

- Laptop (penayangan video dan pemberian materi )

**i. Tahapan/Prosedur Pelaksanaan Intervensi**

1. Deskripsi prosedur pelaksanaan intervensi (terlampir)

2. Kegiatan persesi

1. Hari pertama

Peserta mengisi lembar pre test, selanjutnya fasilitator akan melakukan sharing dengan peserta tentang tujuan bersekolah dan menayangkan sebuah video tentang kerja keras orang tua demi menyekolahkan anaknya yang bertujuan agar peserta dapat teringat akan pengorbanan orang tua untuk membuat kehidupan anaknya menjadi layak.

2. Hari Kedua

Peserta dibentuk menjadi 2 kelompok kecil kemudian setiap kelompoknya akan disediakan fasilitator dan notulen. Tugas dari fasilitator adalah memimpin jalannya

diskusi dan notulen untuk menulis semua kegiatan pada kelompok tersebut. Peserta diminta untuk menceritakan permasalahan mereka mengenai penundaan tugas. Peserta saling menanggapi permasalahan satu sama lain karena merasa memiliki permasalahan yang sama. Kemudian fasilitator membacakan hasil diskusi dan diakhiri dengan ice breaking.

3. Hari ketiga

Pada hari ketiga melanjutkan FGD dengan tema “mengatasi permasalahan dengan usaha”

4. Hari keempat

fasilitator memberi tugas untuk membuat pohon impian yang berisi harapan-harapan yang ingin dicapai oleh para peserta. Harapan-harapan yang ditulis berisi minimal 7 harapan. Kemudian fasilitator akan meminta beberapa peserta untuk membacakan harapannya, selanjutnya fasilitator akan menanyakan bagaimana cara yang dilakukan untuk mencapai harapan tersebut. Kemudian fasilitator akan sharing tentang sebuah harapan dan bagaimana mencapainya jika peserta masih terus menunda tugas.

5. Hari Kelima

Setelah menulis harapan pada pohon impian, peserta saat ini akan melakukan diskusi (FGD) kembali kedalam kelompok sebelumnya tentang harapan-harapan yang mereka miliki dan cara yang dilakukan untuk mencapainya kemudian peserta yang lain akan saling memberikan saran. Fasilitator akan memimpin jalannya diskusi dan memberikan kesimpulan tentang diskusi yang telah dilakukan.

6. Hari Keenam

Penayangan video serta edukasi tentang cita-cita akan tercapai jika ada usaha. Kemudian fasilitator akan sharing dengan peserta tentang video dan edukasi tersebut. Fasilitator akan mereview hasil FGD yang telah dilakukan dalam kelompok besar, kemudian mensharingkan tentang solusi yang seharusnya dipilih ketika memiliki harapan yang hendak dicapai, memberikan inti dari FGD yang telah dilakukan selanjutnya penyampaian pesan kesan dari peserta dan pengisian lembar post test.

### 3 Materi

A. Tujuan utama kita sekolah

Apasih gunanya kita sekolah? Apa yang kita dapat dari sekolah? Seberapa pentingkah kita bersekolah?

Lalu apa *tujuan utama kita sekolah dan bagaimana kita bisa sukses?*

1. **Kita akan memiliki skill** yang nantinya akan bermanfaat untuk kehidupan kita kelak, dengan skill tersebut kita bisa berkontribusi besar dalam menata sebuah kehidupan di masa depan. Seperti contoh kita bisa membaca, bukankah itu kita dapatkan dari sekolah? Nah itulah langkah awal yang kita lakukan agar memiliki skill yang luar biasa
2. **Kita akan tahu banyak hal baru**, ada banyak ilmu yang akan kita dapatkan jika kita bersekolah dengan baik. Nah dari sana kita akan menjadi semakin bijak dalam menjalani hidup ini.
3. **Banyak teman**, sehingga kita dengan mudah berinteraksi secara langsung dengan siapapun yang menjadi saingan kita dalam mendapatkan juara. Nah, jiwa saing kita disitu sudah teruji dan siap menghadapinya dimasa depan.
4. **Membangun kebiasaan sukses**, Setiap orang sukses memiliki kesamaan. Mulai dari cara 41ocus, kebiasaan, sifat dan karakter. Tugas Anda sebagai pelajar adalah membentuk kebiasaan sukses. Membaca buku contohnya. Hal sederhana yang bisa Anda lakukan adalah membuat jadwal belajar. Mulai dari waktu belajar dan waktu main. Di mana Anda bisa belajar lebih kondusif, tenang dan mampu mengingat semua informasi yang telah dipelajari serta memiliki waktu untuk main.
5. **Belajar mengendalikan diri**, Pelajar pada umumnya tidak bisa menahan diri atas keinginan mereka sendiri. Mereka lebih cenderung bertindak karena teman atau rasa ingin tahu yang sangat tinggi. Ini juga dipengaruhi dengan masa perkembangan. Ini hanya bisa terwujud dengan latihan dan fokus kepada tujuan awal. Ini tidak mudah

dilakukan. Tapi, ini sangat penting dimiliki. Karena pengendalian diri memiliki peran tersendiri dan berdampak besar pada kesuksesan setiap orang.

Inti dari sekolah adalah menjadikan kita lebih mampu dan membentuk diri kita sebagai sebaik-baiknya pribadi yang pantas bagi kehidupan yang baik di masa depan.

Kita tidak mau kan kalau di masa dewasa atau tua nanti harus hidup susah karena sekarang kita malas-malasan mendidik diri kita sendiri? Pendidikan itu tidak menjamin sukses, tapi mustahil ada kesuksesan tanpa pendidikan



Hari pertama							
No	Hari/ Tanggal	Sesi	Pengisi Acara	Waktu	Kegiatan	Tujuan	
1	Februari 2018	1	I Made Abdi D.L	10 MENIT	Peserta melakukan pengisian daftar hadir dan mengambil soal pre test, kemudian mengerjakan Pre Test sambil menunggu acara dimulai.	Melakukan absensi untuk mengetahui peserta yang hadir dan mengetahui pengetahuan peserta sebelum intervensi dimulai.	
				15 MENIT	Sharing tentang tujuan peserta bersekolah	Mengetahui tujuan utama siswa bersekolah	
				10 menit	Penayangan video tentang	Peserta	

					kerja keras orang tua	mengetahui	
				10 menit	Sharing tentang video dengan meminta pendapat peserta	betapa besar pengorbanan orang tua sehingga diharapkan dapat bersekolah dengan sungguh-sungguh	
				5 menit	Ice breaking	Menjalin keakraban dengan peserta sebelum intervensi	
				5 menit	Penutupan dan doa	Menutup jalannya intervensi	

Hari Kedua							
2	Februari 2018	2	I Made Abdi D.L	10 menit	Pembukaan dan doa	Membuka jalannya intervensi	
				5 menit	Pembagian kelompok menjadi 2 kelompok kecil	Memudahkan dalam intervensi FGD	
				5 menit	Ice Breaking	Menjalin keakraban dengan peserta sebelum intervensi	
				30 menit	Fasilitator memaparkan tujuan kegiatan dan selanjutnya peserta sharing tentang masalah yang dihadapi tentang penundaan tugas dan peserta yang lain saling memberikan pendapat	Peserta dapat terselesaikan masalah dengan bercerita dan saling memberi saran satu sama	



					dan solusi	lain	
				10 menit	Fasilitator menyimpulkan diskusi pada hari yang pertama	Menyimpulkan hasil intervensi	
				5 menit	Penutup dan doa	Menutup jalannya intervensi	
Hari Ketiga							
3	Februari 2018	3	I Made Abdi	5 menit	Pembukaan dan doa	Membuka jalannya intervensi	
				3 menit	Berkumpul dengan kelompok yang sudah ditentukan dipertemuan sebelumnya	Memudahkan dalam intervensi FGD	
				2 menit	<i>Ice breaking</i>	Menjalin keakraban dengan peserta sebelum	

						intervensi	
				30 menit	Fasilitator memaparkan tujuan kegiatan dan selanjutnya peserta sharing tentang “mengatasi permasalahan dengan usaha” peserta yang lain saling memberikan pendapat dan solusi	Peserta dapat terselesaikan masalah dengan bercerita dan saling memberi saran satu sama lain	
				5 menit	Fasilitator menyimpulkan diskusi pada hari yang pertama	Menyimpulkan hasil intervensi	
				3 menit	Penutup dan doa	Menutup jalannya intervensi	
Hari keempat							

4	Februari 2018	4	I Made Abdi D.L	5 menit	Pembukaan dan doa	Membuka jalannya intervensi	
				20 menit	Membuat pohon impian	Mengetahui harapan dari peserta	
				10 menit	Beberapa peserta maju untuk menceritakan pohon impiannya dan cara yang dilakukan untuk mencapai harapan tersebut.	Menyadarkan peserta bahwa setiap harapan harus memiliki banyak usaha yang salah satunya tidak boleh menunda tugas. Karena menunda tugas sama saja memupuskan	
				15 menit	Sharing tentang cara mencapai harapan dan mengatasi hambatan ketika mencapai dengan tidak menunda tugas		

						satu harapan.	
				5 menit	Penutup dan doa	Menutup jalannya intervensi	
Hari Kelima							
5	Februari 2018	5	I Made Abdi D.L	5 menit	Pembukaan dan doa	Membuka jalannya intervensi	
				5 menit	<i>Ice breaking</i>	Menjalin keakraban dengan peserta sebelum intervensi	
				30 menit	Bercerita tentang harapan yang ditulis dalam pohon impian dan cara untuk mencapainya, selanjutnya peserta yang lain	Peserta mengetahui cara untuk mencapai keinginan dengan saling	

					memberikan saran dan solusi.	memberi pendapat	
				10 menit	Fasilitator memberikan review akan diskusi yang telah dilakukan	Menyimpulkan hasil diskusi	
				5 menit	Penutup dan doa	Menutup jalannya intervensi	
Hari Keenam							
6	Februari 2018	6	I Made Abdi D.L	5 menit	Pembukaan dan doa	Membuka jalannya intervensi	
				10 menit	Penayangan video tentang harapan akan terwujud jika ada usaha	Peserta mengetahui bahwa usaha itu penting dalam mencapai sesuatu	
				20 menit	Sharing tentang video		

				20 menit	Sharing tentang masalah yang dihadapi oleh peserta yang telah diceritakan dalam berjalannya diskusi dan meminta beberapa peserta untuk maju bagaimana masalah yang dihadapi setelah intervensi	Mengetahui perkembangan peserta setelah dilakukannya intervensi	
				10 menit	Menyimpulkan isi diskusi yang telah dilakukan		
				10 menit	Penyampaian pesan dan kesan oleh beberapa peserta		
				10 menit	Pengisian lembar <i>post test</i>		
				5 menit	Penutupan dan doa	Menutup jalannya intervensi	